آفتاب

گاهنامه دانشجویی

سال اول . اردیبهشت ۱۳۹۹ . ۳۲صفحه

شماره ۱۲۳۰۲ . رایگان

نشریه دانشجویی کانون علمی فرهنگی هور
دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز
مجتمع آیت ا... هاشمی رفسنجانی (ره)

لحظه ای با سردار دلها

باغ هنرمندان

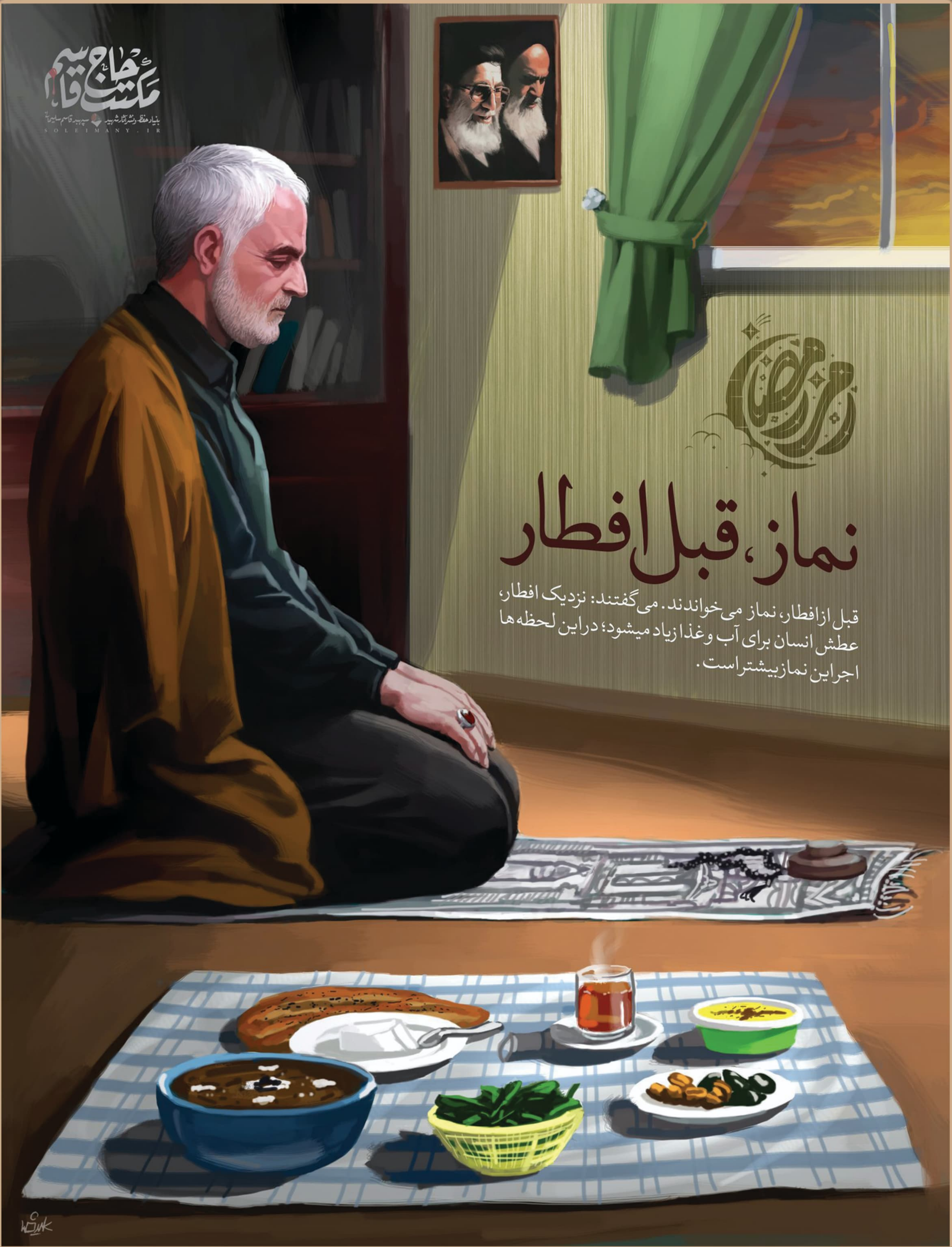
از ابتلا تا درمان کرونا

تلقین و چهارمیثاق

یک فنجان شعر داغ

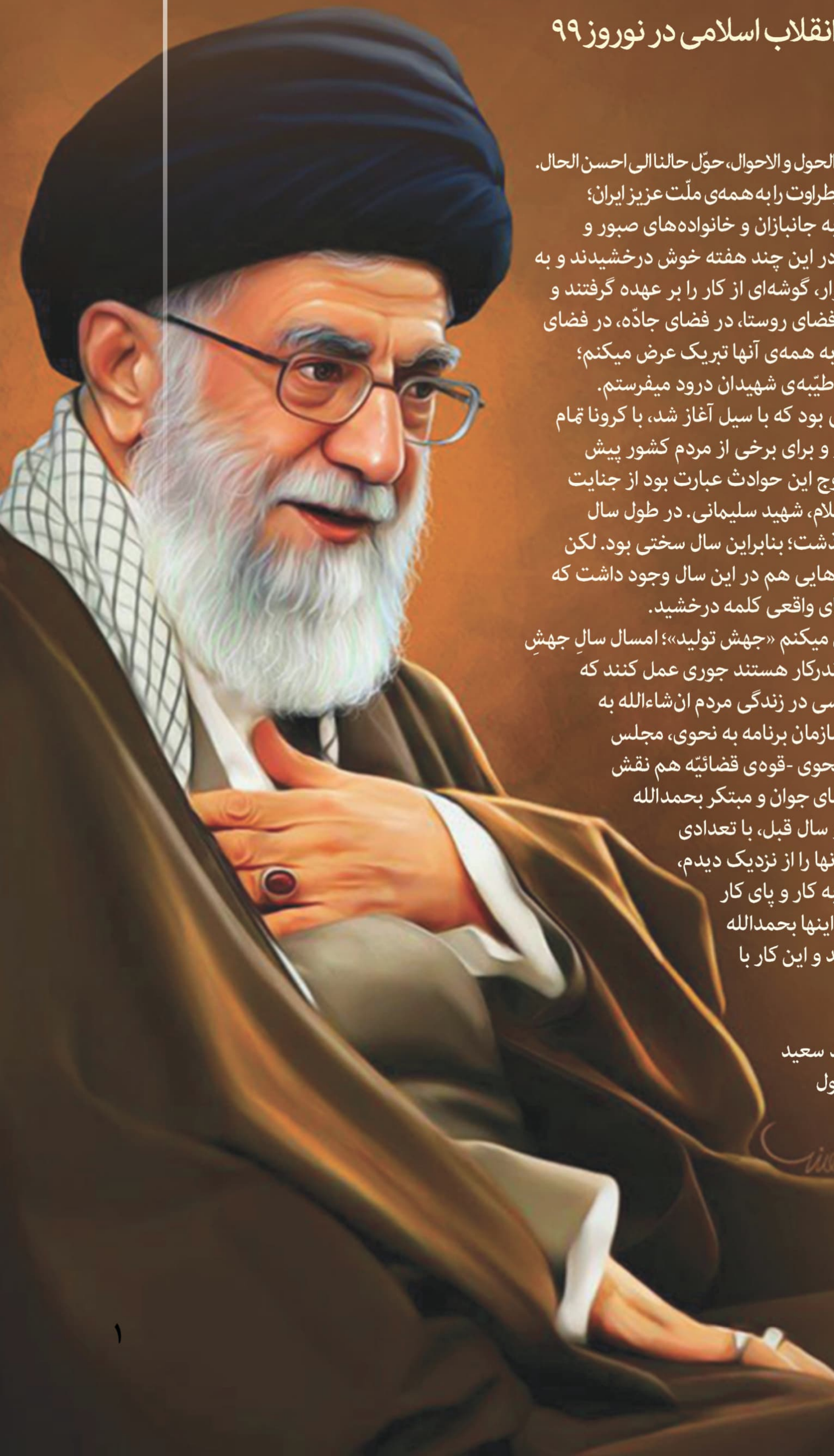
شخصیت من چه رنگیه؟

لحظه ای در خواب با اینسپشن



مکتب حاج قاسم
بنیاد حفظ و نشر آثار شهید سپهبد قاسم سلیمانی
SOLEIMANY.IR
نماز، قبل افطار
قبل ازافطار، نماز می خواندند. می گفتند: نزدیک افطار، عطش انسان برای آب و غذا زیاد میشود؛ دراین لحظه ها اجراین نمازبیشتراست.

سخن رهبری



قسمت هایی از بیانات رهبر معظم انقلاب اسلامی در نوروز ۹۹

بسم الله الرّحمن الرّحیم

یا مقلّب القلوب و الابصار، یا مدبّر اللیل و النّهار، یا محوّل الحول و الاحوال، حوّل حالنا الی احسن الحال.

تبریک عرض میکنم عید سعید مبعث را و عید نوروز پُرطراوت را به همه‌ی ملّت عزیز ایران؛ بخصوص به خانواده‌های معظّم و معزّز شهیدان و به جانبازان و خانواده‌های صبور و زحمت‌کش آنها و به جهادگران عرصه‌ی سلامت که در این چند هفته خوش درخشیدند و به همه‌ی خدمتگزاران سخت‌کوشی که در شرایط دشوار، گوشه‌ای از کار را بر عهده گرفتند و با اخلاص و علاقه‌مندی و انگیزه در فضای شهر، در فضای روستا، در فضای جادّه، در فضای مرز، و در جای‌جای کشور مشغول خدمت هستند؛ به همه‌ی آنها تبریک عرض میکنم؛ عیدتان مبارک. و به روح مطهّر امام بزرگوار و ارواح طیّبه‌ی شهیدان درود میفرستم.

سال ۹۸ برای ملّت ایران یک سال پُرتلاطم بود؛ سالی بود که با سیل آغاز شد، با کرونا تمام شد. در طول سال هم حوادث گوناگونی برای کشور و برای برخی از مردم کشور پیش آمد؛ حوادثی از قبیل زلزله، تحریمها و امثال اینها. اوج این حوادث عبارت بود از جنایت تروریستی آمریکا و شهادت سردار نامدار ایران و اسلام، شهید سلیمانی. در طول سال گرفتاری‌های مردم هم کم نبود؛ سال به این شکل گذشت؛ بنابراین سال سختی بود. لکن نکته‌ی مهم این است که در کنار سختیها، سربلندی‌هایی هم در این سال وجود داشت که بعضی از آنها هم بی‌سابقه بود و ملّت ایران به معنای واقعی کلمه درخشید.

سال گذشته گفتیم «رونق تولید»، امسال بنده عرض میکنم «جهش تولید»؛ امسال سالِ جهشِ تولید است. این شد شعار امسال؛ کسانی که دست‌اندرکار هستند جوری عمل کنند که تولید ان‌شاءالله جهش پیدا کند و یک تغییر محسوسی در زندگی مردم ان‌شاءالله به وجود بیاورد. البتّه این احتیاج به برنامه‌ریزی دارد؛ سازمان برنامه به نحوی، مجلس شورا و مرکز تحقیقاتش به نحوی، قوه‌ی قضائیّه به نحوی -قوه‌ی قضائیّه هم نقش دارد- مجموعه‌های دانش‌بنیان به نحوی. مجموعه‌های جوان و مبتکر بحمدالله در کشور زیادند و بنده در طول امسال -سال ۹۸- و سال قبل، با تعدادی از اینها نشست‌های بسیار خوب و مفیدی داشتم، آنها را از نزدیک دیدم، حرفهایشان را از نزدیک شنفتم؛ جوانهای علاقه‌مند به کار و پای کار و پُرامید و پُرنیرو و پُرانگیزه و پُر استعداد و ابتکار. اینها بحمدالله هستند؛ اینها باید همه در برنامه‌ریزی‌ها شرکت کنند و این کار با برنامه‌ریزی ان‌شاءالله پیش برود.

امیدواریم که سال بر همه‌ی شما مبارک باشد و عید سعید مبعث بر همه‌ی شما مبارک باشد و ان‌شاءالله مشمول توجّهات الهی قرار بگیرید و ملّت ایران به طور روزافزون به توجّهات و توسلات و معنویّاتِ خود بیفزاید.

والسّلام علیکم و رحمة‌الله و برکاته

سخن سردبیر

نشریه ی آفتاب، گاهنامه ای دانشجویی است که در زمینه ی فرهنگی، اجتماعی ،علمی، هنری و ... به ارائه مطلب می پردازد. در این شماره، نشریه آفتاب به بیان حوادث تلخ و شیرین (متاسفانه در این ایام بیشتر تلخ) از ایران عزیزمان می پردازیم.

به قول بزرگان ((در بدترین روزها هم امیدوار باش که همیشه زیباترین باران ها از سیاه ترین ابر ها می بارد)).

سراسر زندگیتان پر از باران های زیبا.

این شماره را از طرف تیم بزرگ تحریریه نشریه آفتاب به روح پرفتوح سردار دلها سپهبد حاج قاسم سلیمانی، دانشجویان شهید سانحه هوایی اکراین مخصوصاً دانشجوی مهندسی پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی تهران مرکز، سرکار خانم مهندس کیانا قاسمی و به روح بزرگوار استاد عزیز، جناب آقای دکتر علیرضا دائمی، که با فوت ناگهانیشان بهتی بزرگ بر همه دانشجویان این دانشگاه وارد کردند و به همه پزشکان و تیم پزشکی زحمتکش ایران اسلامی که در این روزها در خط مقدم مبارزه با بیماری منحوس کرونا هستند تقدیم می کنم.

در نهایت در اولین شماره سال ۹۹ برای تمامی مخاطبین نشریه ی آفتاب سالی به دور از بیماری پر از سلامتی و موفقیت زیر سایه خداوند یکتا خواستارم و از زحمات تیم مهربانم و جناب آقای دکتر گوهری معاونت فرهنگی دانشجویی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز، حجت الاسلام والمسلمین سبحانیان و همچنین جناب آقای دکتر آقامیری ریاست دانشگاه آزاد اسلامی استان تهران بابت حمایت های بی دریغشان نهایت تشکر را دارم.

با ما در سال جدید نیز همراه باشید.
سال ۱۳۹۹ بر شما سروران همایون باد

ارادتمند شما
احسان طاهری

شناسنامه

مدیر مسئول، سردبیر صاحب امتیاز:
احسان طاهری

مدیر اجرائی:
امین شوشتری

ناظر:
دکتر شاهرخ شجاعی
دکتر مهدی صالحی باروق

اعضای تحریریه:

ناظر:
هانیه هاشمی

سرپرست تیم طراحی:
آرزو مـطیعی

سرپرست عکاسی:
نرگس اسماعیلی

سرپرست تیم خبری:
مرجان نقیبی

سرپرست نویسندگان:
مبینا کشـاورزیان

تیم نویسندگان:
هانیه هاشمی، مبینا کشـاورزیان
فائـزه ملاداودی، علی اسـفندیاری
انوشه سـعیدی، سـوها نـوری
مبینا جلـیلی، امین جعـفری
زهرا کاظمیـان، علیرضا حمـزه
پری ناز جابـری

طراح گرافیک و صفحه آرا:
آرزو مـطیعی
الهه رفیعی بصیر
شیما پاشایی

طراح کاریکاتور:
ساناز خورشیدی
اجرا: آرزو مـطیعی

فهرست

بخش ادبی

نقد کتاب ۸
نقد شعر ۱۰
نقد فیلم ۱۱

ویژه نامه

شهیـد بی ریـا ۱۲

شخصیت شناسی

لئوناردو دی کاپریو ۱۴
روانشناسی رنگ ها ۱۶

علمی

ویروس کرونـا ۱۷

تاریخ

باغ هنرمندان ۲۳

دل نوشته

درد و دل ۲۵

اخبار دانشجویی

اخبار دانشجویی ۲۶

سرگرمی

کلمه یاب ۲۸

این نشریه دانشجویی با حمایت و پشتیبانی معاونت فرهنگی و دانشجویی دانشگاه آزاد واحد تهران مرکزی منتشر می شود

آدرس :اشرفی اصفهانی، بالاتر از میدان پونک، بلوار امام حسن(ع)، مجتمع دانشگاهی آیت الله هاشمی رفسنجانی(ره)، طبقه همکف دانشکده فنی

بهار بهار

آب زنید راه را هین که نگار می رسد
مژده دهید باغ را بوی بهار می رسد

بهار با دیبای لطیف و روح بخش خود در راه است، سوار بر مرکب سبکبال نسیم، می آید تا زمین را از چنگال دل مردگی رها سازد. بهار می آید تا گیسوان برهنه ی مادرِ طبیعت را، به سرخی شکوفه های دلربایش بیاراید؛ بهار از راه می رسد، چشمانت را باز کن و ببین رخت سبز رنگِ طبیعت را، ببین رقص باد و باران در میان درختان باغ را.

«نرم نرمک می رسد اینک بهار، خوش به حالِ روزگار» اگر خوب گوش کنیم، صدای قدم های پر صلابت عمو نوروز را می شنویم که برای بدرقه ی ننه سرما راهی شده است و آسمان، این آبیِ آرامِ بلند، که تار و پودش را به عطر خوشِ بهار آغشته کرده؛ نویدِ امیدواری می دهد.

اما نوروز امسال یک تفاوت بسیار بزرگ با سالهای قبل دارد و آن هم مهمان ناخوانده ایست، که از راه دوری آمده و ما را در این حال و هوای دل فریبِ بهار، خانه نشین کرده است... این مهمان ناخوانده، ما را از نعمت هایی محروم کرد مثل؛ در آغوش کشیدن و دیدن عزیزان و آشنایان اما با حضورش تلنگری به ما زد و باعث شد تا قدر سلامتی مان را بیشتر از قبل بدانیم و دریابیم که موضوع اصلی، تحویل هر سال و جابجایی فصلها نیست؛ بلکه لبخندهایی ست که ایجاد میکنیم، دلهایی ست که با مهر، به دست می آوریم و کمک و همراهیِ بی دریغی ست که با دنیا و آدم های اطرافمان داریم.این مهمان ناخوانده باری دیگر ملت شریف و صبور ما را مورد آزمایش در زمینه ی: همراهی و همدلی قرار داد و خوش به سعادت آنان که در این آزمایش سربلندند، مثل جامعه ی بزرگ و ارجمندِ پزشکان و پرستارانِ زحمت کش که یقینا همه ی ما به این همدلی و همراهی بی دریغشان با هر شرایط سختی که هست؛ آگاه و قدر دانیم و به بزرگترین خواهش و توصیه ی آنها که، در خانه ماندن، است ارج می نهیم و عید امسال را در خانه و کنار خانواده ی خود می گذرانیم و دعای امسال را اینگونه می خوانیم:

یا محول الحولِ و الاحوال، حال ما را بهاری کن و سلامت را عیدیِ خود برای مردم جهان قرار ده.

یا مدبر الیل و النهار، گردونه ی دنیا را رو به شادی، سلامتی و برکت بگردان.

یا مقلب القلوب و الابصار، دلهای ما را به نور پرفروغِ معرفت و محبتِ خودت و انسانهای برگزیده ات، روشن بدار و دیدگانمان را رو به خوش بینی و حقیقت بگردان

حول حالنا الی احسن الحال، حال ما را چونان زمین دل مرده ای که به بوی بهار زنده می شود به نیکوترین حالات زینت ده ای خالق هر چه خوبی و زیباییست.

هموطنان عزیز و محترم، سال نو بر یکایک شما ارجمندان گرامی باد.

مبینا کشاورزیان

آنچه گذشت!

هوری های عزیز سلام، با یک آنچه گذشت دیگه در خدمت شما عزیزان هستیم.
در نشریه گذشته با مطالب فوق جذابی در خدمت شما عزیزان بودیم، از قدم زدن در خیابان سی تیر و خرید کتاب کافکا در کرانه و تماشای فیلم زیبای ما همه با هم هستیم بگیر تا نشستن در کنار سعدی شیرازی و به نقد کشیدن یکی از اشعار گران بهای آن حضرت (البته به قول یکی از دوستان نقد کردن اشعار شعرای نامی مثل حافظ و سعدی و مولوی کار ما نیست اما خوب بازم پا را فراتر گذاشتیم و با آن حضرت شیرین سخن به صحبت و تبادل نظر پرداختیم) بعد از صحبت با سعدی نیک سیرت و زیبا سخن، با شهید پلارک آشنا شدیم. در بخش علمی هم در مورد تله های ذهنی و بیماری خود ایمنی MS کلی اطلاعات کسب کردیم. در بخش سرگرمی هم خاطرات روزهای کودکی دهه هفتادی ها رو دوباره زنده کردیم. در بخش نوظهوران هم دو واقعه بزرگ تاریخ اسلام را با قلم زیبای دوستان تازه وارد (دوستانی که تازه به خانواده هور پیوستند) به تصویر کشیدیم.
هرچند که برای تهیه نشریه قبل مثل همه نشریه های دیگه، ما زحمت های فراوانی کشیدیم. از رفت و آمد های پیاپی به ساختمان ولایت و ملاقات با مسئولین محترم بگیر، تا صحبت کردن با دوستان عزیز نویسنده و برگزاری صندلی داغ برای نویسنده ها، جمع کردن یک تیم قوی خبری و طراحی و در کل صحبت کردن با تک تک عزیزان از جمله کارهایی بود که برای تهیه و تدوین این نشریه دانشجویی انجام گرفت.
هرچند که دوستانمون در دیگر قسمت های مختلف کانون بیکار نبودند و با کلی کارهای جذاب تابستان و پاییز به یاد ماندنی در خاطره و حافظه ساختمان نیایش ثبت کردند.
اولین و پر طرفدارترین قسمت ماجرا، برگزاری کلاس های تئاتر بود که با شور و استقبال فراوانی مواجه شدیم و همچنین با دوستان عزیزی آشنا شدیم که الان هرکدام برای خودشان یکی از ستون های محکم هور هستند . برگزاری مراسم عزاداری سرور و سالار شهیدان امام حسین علیه السلام به کمک هیئت دانشجویی فاطمه الزهرا، یک هفته برپایی ایستگاه های صلواتی و پذیرایی از دانشجویان و اساتید و کادر دانشگاه، حرکت دسته عزاداری از دانشگاه تا امام زاده عینعلی و زینعلی علیه السلام، مراسم نوحه خوانی در نمازخانه و سپس پذیرایی و صرف ناهار، از جمله کارهایی بود که در دهه اول محرم انجام گرفت.
هرچند که پشت صحنه ماجرا ورای همه این حرف ها بود چرا که تمام طبقات دانشگاه با کمک دوستان در دو روز متوالی سیاه پوش شد.
یکی از بهترین و درخشان ترین وقایع که در کارنامه هور ثبت شد،
تشکیل ستاد ثبت نام کننده و کمک به کادر اجرایی دانشگاه در بازه ثبت نام ها بود (هرچند که با کم لطفی ها و ماجراهای گوناگون زیادی روبه رو شدیم که تعریف آن از حوصله خارج است و بهتره که در صندوقچه اسرار باقی بماند) خود ستاد ثبت نام کننده به چند بخش متفاوت تقسیم می شد، از (از من بپرسید ها)، تا دوستان (چک مدارک) و دوستانی که در ثبت و تکمیل پرونده های دانشجوها همکاری می کردند. از هفدهم شهریور ماه تا دهم مهر ماه روزهای خاطره انگیزی برای ما رقم خورد. با دوستان جدیدی آشنا شدیم. روزهایی گذراندیم که هر لحظه آن برای ما درس های فراوانی داشت: صبر، شجاعت، یکدلی و یک رنگی، همکاری، دوستی و مروت از جمله درس هایی بود که در این بازه بیست و سه روزه ما آموختیم. زحمات فراوانی که دوستان و کادر اجرایی کشیدند قابل تحسین و تقدیر است. هرچند که در میان خودمان هم اتفاقات جالب زیادی افتاد که همه برای ما خاطره شد. از چایی ریختن روی پرونده یکی از دانشجوها و سرعت عمل دوستان، تا اذیت و آزار دوستانی که سندرم قرینگی داشتند.
بعضی روزها هم بود که منظور همدیگه رو اشتباه متوجه می شدیم و درگیری هایی اتفاق افتاد که باعث رشد ما شد.

برگزاری مراسم عزاداری امام حسن مجتبی، و پذیرایی دانشجویان و اما مهم ترین رویداد برگزاری اردوی زیارتی سیاحتی مشهد مقدس برای خواهران بود که باز هم روزهای خاطره انگیزی برای خواهران رقم زد. لحظه های تلخ و شیرینی که هر لحظه اش تجربه ای ناب برای بزرگ شدن بود.
برگزاری مراسم اربعین حسینی پذیرایی همراه با حلوا و آش رشته و مراسم نوحه خوانی و سنج و دمام زنی. شروع کلاس های دانشگاه و شروع فعالیت های نشریه و تئاتر هم از جمله کارهایی بود که صورت گرفت.
گرفتن مجوز کلاس های علمی و آموزشی و برگزاری کلاس های علمی برای دانشجویان مجتمع نیایش از جمله اتفاقات خوبی بود که برای کانون افتاد، برگزاری کلاس های علمی آموزشی برای اولین بار! برگزاری کلاس های PHP , Catia and Solid, ICDL, Photoshop, ماندالا و سیاه قلم، که با استقبال فراوانی روبرو شد اما بدلیل کمبود جا نتوانستیم درخدمت همه باشیم و تعداد محدود بود. اما با قول مسئولین محترم قرار شد به مکان مناسب تری را در اختیار ما قرار دهند .
یکی از به یاد ماندنی ترین روزها برای ما، مراسم میلاد حضرت رسول اکرم صلوات الله علیه بود که با برف سنگین روبه رو شدیم، دانشگاه در شرف تعطیل شدن قرار گرفت ولی ما باز هم با حضور دوستان اندک مراسم را برگزار کردیم. برای برگزاری مراسم کلی برنامه ریخته شده بود، دعوت از گروه موسیقی، سفارش کیک، باکس های انار و تنقلات و پذیرایی با شربت و شیرینی از جمله کارهایی بود که انجام گرفت. برف و ترافیک شدید باعث شد تا نتوانیم در خدمت گروه موسیقی باشیم.
برگزاری آزمون کتابخوانی و دادن جوایز نفیس به نفرات برتر، برگزاری آزمون قرآن و عترت هم از جمله رویدادهایی بود که در کارنامه ما ثبت شد.
برگزاری مراسم بزرگ کانون هور، آشنایی با هئیت مدیره و زیرگروه ها هم از کارهایی بود که صورت گرفت.
در کنار همه اتفاقات خوبی که افتاد، شاهد اتفاقاتی بودیم که قلم در دست برای نوشتن آن ها سنگینی می کند.
واقعه تلخ و بزرگ ترور و شهادت سردار قاسم سلیمانی مهم ترین آن ها بود . شهادت سردار سلیمانی، نشان ترس و ضعف دشمن از ایشان بود. محکومیت اقدام جنایت کارانه ی شیطان بزرگ توسط دانشجویان اساتید و کارکنان مجتمع آیت الله هاشمی رفسنجانی دانشگاه آزاد تهران مرکزی با امضای بیانیه ی تشکل هیئت دانشجویی حضرت فاطمه الزهرا(س) و کانون علمی فرهنگی هور، اقدامی کوچک برای هم دردی و مبارزه علیه دشمن بود.
هنوز با داغ این مصیبت کنار نیامده بودیم که شنیدن خبری دیگر اشک را مهمان چشمانمان کرد؛ سقوط هواپیمای اوکراینی و از دست دادن، یک دوست عزیز، خانم کیانا قاسمی، از آن دسته مصیبت هاست که زخم آن تا ابد بر دل های ما باقی می ماند. برگزاری مراسم یادبود و روشن کردن شمع و ختم قرآن کریم توسط دانشجویان و دوستان آن عزیز صورت گرفت.
در کنار همه این وقایع تلخ از دست دادن استاد دائمی، کسی که با صوت و کلام شیوای خود همواره ما را با ادبیات و شعر آشنا می کرد تیری بود که بر قلب های ما وارد شد. قلم من در وصف فضائل و کمالات این استاد وارسته قاصر است و نمیدانم چطور میتوانم از ایشان یاد کنم چون هنوز باور ندارم که ایشان از میان ما رفته اند. هنوز وقتی که در دانشگاه راه می روم به دنبال نشانی از همایش های ادبیات ایشان میگردم و افسوس و هزار افسوس که آن را پیدا نمیکنم.
برنامه های متعدد زیادی برای مراسم ۲۲ بهمن و روز دانشجو در نظر داشتیم ولی با کمبود بودجه دانشگاه مواجه شدیم.
از جمله اتفاقاتی که رخ داد، آمدن مهمان ناخوانده ای به کشور بود، میگن محل تولد این مهمان ناخوانده در چین بوده و گویا به کشور ما آمده تا دوران رشد و بزرگسالی را در اینجا طی کند. این مهمان ناخوانده کم کم نه فقط ایران که تمام جهان را در برگرفت و همراه با خود روزهای سخت و دشوار را برایمان به ارمغان آورد، گویی این روزها روزهای آزمایش بشر است. حضور کرونا و تعطیل شدن دانشگاه ها و اخبار دور ماندن از دوستان و همفکران و هم کلاسی ها، از آخرین رویدادهای سال ۹۸ بود .
هرچند که این روزها حال و هوای دل همه ما همچون روزهای ابری گرفته و غمگین هست اما هنوز هم به روزهای خوب امیدواریم هنوز هم می شود درخشش و روشنایی را دید.
آنچه گذشت این قسمت ماهم، اگرچه تلخ ولی به پایان رسید امیدوارم روزهای شما پر از نور باشد و آینده ای همراه با لبخند و نشاط پیشرو داشته باشید.
از طرف خودم و همه خانواده بزرگ کانون هور (بزرگترین کانون علمی فرهنگی در مجتمع آیت الله هاشمی رفسنجانی) آمدن سال نو و نوروز ۱۳۹۹ به شما همراهان همیشگی تبریک میگم و از خداوند آینده ای روشن همراه با سلامتی و سرفرازی برای شما عزیزان و ایران تا ابد جاویدان خواستارم. تا درودی دیگر بدرود.

هانیه‌هاشمی

نقد کتاب

به نام آفریننده ی میثاق ها

معرفی و بررسی کتاب چهار میثاق نوشته ی: دون میگوئیل روئیز

برگردان :دل آرام قهرمان، انتشارات: دل آویز

چندی است بر این باورم، که هر کتابی ارزش خواندن ندارد.

از آن جایی که همه چیز در دنیایم بر لبه ی تیغ قرار گرفته؛ نمیدانم که این جمله دست آورد کداممان است!... آیا من به تنهایی، به این نتیجه رسیده ام و یا نویسنده ی کتابی که، تنها چند هفته ی پیش آن را مطالعه کردم، این پیام را بدون استفاده از چنین جمله ای، در تمام واژه هایش به من گوشزد میکرد؟ نام کتاب را نمی آورم و با کمال احترام به نویسنده ی آن، میخواهم بگویم: هنوز خیلی راه مانده تا کمال، مسیرمان آنقدر ها هم درست طی نمی شود، اگر فقط و فقط بدانیم که چگونه با یکدیگر رفتار کنیم. گفت و گو و یا حتی انتشار کتابی در رابطه با این مسئله که چگونه برخیزیم و بنشینیم و با همسایگان و دوستان و آشنایان و صاحب خانه چه رفتاری انجام دهیم و یا به هنگام غذا خوردن چه آدابی داشته باشیم و ... میتواند در جمله ای معروف که: هر آنچه برای خود می پسندی برای دیگران بپسند؛ جمع شده و حق مطلب را ادا کند. خلاصه بگویم: ممکن است در هر کتابخانه ای، درون شهر های مختلف دنیا بیابید که؛ شخصی قلم را به دست گرفته و در مورد آداب و رسوم و باید ها و نباید های جامعه اش سخن به میان آورده باشد؛ حتی اگر این نوشته در حد معرفی مطالب ذکر شده باشد.

اما من به چیزی در ابعاد بزرگتر فکر میکنم، چرا عهدی نبندیم که بتواند تمام انسان های روی زمین را با یکدیگر همرنگ و همدل سازد؟ اگر قرار بر باید و نباید است، چرا قوانین، به صورت جهانی تبیین نشوند؟

و اما چهار میثاق:

اجحاف بزرگی است در حقتان، اگر بخواهم، تمام آن چه که در برخورد با این کتاب حس کردم را بیان کنم؛ خود کوچک بینی، سرزنش دیگران و اهمیت دادن به باورهای منفی و ... همان قوانین نانوشته ای هستند که هر روز زیرشان را خواسته و یا ناخواسته امضا می کنیم و عجیب تر آنکه به آنها پایبند می مانیم .

((هر کلمه به طلسمی می ماند و آدمیان کلمه را مثل جادوگران سیاه به کار میگیرند و بدون اندیشیدن، طلسم ها را به سوی یکدیگر پرتاب میکنند.)) قسمتی از متن کتاب را خواندید؛ شاید قسمت هایی از سری فیلم های هری پاتر را به خاطر آورده باشید و یا راه دوری نرفته، به مقدمه ی این متن بازگردید و متوجه شوید که کلام من همچون طلسمی بر روی شما تاثیر گذار بود، این گناه در کلام است، تنها در چند دقیقه زیر سوال بردن عقاید نویسنده ای دیگر، قضاوت زود هنگام و به تله انداختن مخاطبم را به سرانجام رساندم.

نویسنده ی این کتاب که خود در خانواده ای از شفاگران سرخپوستان تولتک به دنیا آمده و تحت تعلیم استادی، این خردنامه ی معرفتی را مکتوب کرده؛ رسالت خود را در نشر این تعالیم معرفتی، روانشناسی و جامعه شناسی انجام داده است. این کتاب خارج از هر مذهب و فرهنگ و حتی تعصبی ما را در روند پروانه شدن و زندگی بهتر و ذهن آرام تر یاری می کند. این کتاب سرتاسر موعظه است اما نه تنها شما را دلزده نمی کند بلکه دلتان را برای فهم بهتر و تمرین بیشتر به میثاق ها و خلق میثاق جدید قلقلک می دهد. به جرئت می توان گفت: تمامی ما در زندگی با کلاممان دلی را آزرده و لبی را به لبخند وا داشته ایم اما آنقدر که در استفاده از کلام، این موهبت خاص ایزدی، ناکام مانده ایم؛ موفق عمل نکرده ایم... در زندگی ساعتهای بسیاری را به قضاوت و توهمات حاصل از ذهن خود سپری کرده ایم... تمامی حرفها، رفتارها و حتی کارهای دیگران را به خود گرفته ایم، بارها و بارها خودمان را برای یک اشتباه سرزنش کرده ایم و در دادگاه درونیمان به جای آنکه جنگجو باشیم قربانی بوده ایم! و در بیشتر موارد برای سیل عظیمی از خواسته هایمان، با تمام توان تلاش نکرده ایم... و به همین منوال دوران سخت در پیله ماندن را ادامه داده ایم...!

در قسمتی از کتاب آمده است:

« ما چگونه می توانیم تبدیل به جنگجو شویم؟ جنگجو آگاه است ما آگاهیم که در جنگ هستیم و جنگِ درون ذهن ما نیاز به انضباط دارد نه انضباط تحمیل شده از بیرون! که می گوید چه بکنیم و چه نکنیم بلکه انضباط برای این که در هر شرایطی خودمان باشیم. جنگجو تسلط دارد نه بر دیگران، بلکه بر عواطف خویشتن، بر نفس خویشتن. وقتی ما تسلطمان را از دست می دهیم است که عواطف خودمان را سرکوب می کنیم. تفاوت عمده بین جنگجو و قربانی در این است که قربانی سرکوب میکند اما جنگجو مهار می کند، خویشتن داری می کند. مهار کردن و خویشتن داری همان سرکوب کردن نیست بلکه تسلط بر عواطف و بیان آنها در موقع مناسب می باشد، نه زودتر نه دیرتر...». این کتاب می کوشد تا با چهارمیثاق معرفتی خود ما را در راستای زندگی بهتر با منشی درست و افکاری زیبا راهنمایی و هدایت کند. با

خواندن این کتاب دعوتیم به: یک زندگیِ در صلح هم با خودمان و هم با دیگران و شیرین تر گذراندن رویای سیاره ی زمین.
اما قبل از آن به نوشتن بخش هایی از کتاب بپردازم برایتان این چهارمیثاق را که مثل یک نقشه ی راه کامل می باشند، نام می برم:

میثاق اول که مهم ترین و دشوارترین است و میثاق های دیگر را ایجاد می کند عبارت است از: «با کلام خود گناه نکنید» : کلمات ما مثل یک جادوی قدرتمند عمل میکنند و ما مثل جادوگرانی هستیم که خود تصمیم میگیریم از جادوی سفید کلاممان استفاده کنیم و بذر عشق و محبت را در ذهن آدمیان بنشانیم یا با استفاده از جادوی سیاه کلاممان این موهبت پروردگار را هدر دهیم و بذر نفرت و کینه در ذهن ها بنشانیم.

میثاق دوم که در راستای داشتن ذهن و روانی آسوده و سالم تعیین شده به این صورت است: «چیزی را به خود نگیرید» و میثاق سوم که تمرینی ست برای در امان ماندن از خیالات و قضاوت های زودهنگام و در جهت کاملتر شدن میثاق دوم است به این شرح می باشد: «تصورات باطل نکنید» و اما کامل ترین و آخرین میثاق این است: «همیشه بیشترین تلاشتان را بکنید»

نوشتن از این کتاب تمامی ندارد چرا که در پس هر میثاقی رویایی نهفته و میثاقی دیگر متولد می شود. نقد را اینبار به کتاب وارد نمیکنم بلکه نقد در اینجا کاملا به خودمان وارد است به ما که سالیان درازی ست توان مقابله با قربانی خود و ارج نهادن به جنگجوی درونمان را نداریم...امید است که این کتاب پنجره ای از یک زندگی و اندیشه ای نو، به روی چشمان همیشه در حال رویا دیدنمان، بگشاید و باعث شود با عمل به میثاق ها و عهد بستن با آنها به زیباتر شدن پروانه ی درونی خود و در نهایت به زیباتر شدن زندگی کمک کنیم، یادتان نرود که عمل به هرچیزی در ابتدا دشوار است و ما همواره باید بیشترین تلاشمان را بکنیم.

انوشه سعیدی و مبینا کشاورزیان

نقد شعر

به نام تو، ای یگانه منجی عالم بشریت، که هرگاه قلم بر دست می گیرم و نامت را میبرم، سیر عظیمی از کلمات، ساده، مخلصانه، هماهنگ و به دور از تملق در کمال سادگی در ذهنم جاری می شوند، ولی هربار آنچه در خور عظمتت باشد یافت نمی شود و من می مانم و سیر بی شماری از کلمات که آمده اند، که بمانند و همواره مرا بگونه ای به ادبیات وصل می کنند. ادبیات، شاید تنها نشانه اختیار انسان در مقابل جبر زمانه باشد و در این میان شاعران دست قدرتمند تری در قانع کردن انسان دارند. به هرحال هرگاه نام از شاعران می آید ناخودآگاه یاد پادشاهان سخن، یعنی حافظ، سعدی، مولانا، فردوسی و... می افتیم، که به حق سزاوار پادشاهی اند، زیرا اشعارشان همچون آیینه ای خودت را به خودت نشان می دهد و به شدت دارای فرم هستند، یعنی، دست توانمندی در برانگیخته کردن احساس ناخودآگاه آدمی دارند (که این مهم به گفته بزرگی معنای حقیقی فرم، است) و در هر حس و حالی که باشی، راهی برای نفوذ به درونت می یابند و تاثیر خود را می گذارند و بی هیچ منتی می روند. اما باید پذیرفت که گاهی، توان ایستادن مقابل آینه را نداریم و دوست داریم کنجی بنشینیم و چیزی جدید شاید برای یافتن شرایط جدید بیابیم و تنها دنبال کوچکترین تلنگری برای برگرداندن شرایط هستیم، در این میان تنها و فقط باید پناه بریم به شفای اختیار بخشی ادبیات، من به شما توصیه می‌کنم؛ در این مواقع به سراغ شاعران کمتر خوانده شده، بروید که معجزه می کنند، یکی از این شاعران عنصری است، که استاد مطلق در مدح و غزل بعد از رودکی تا زمان خودش است، که شاید همین منصب مخالفانی را بر علیه اش شورانده است، همچو ناصرخسرو، خاقانی که ناصرخسرو می گوید:

من نه آنم که در پای خوکان نریزم
من این قیمت در لفظ دری را

(به این سبب که عنصری شاعر دربار محمود غزنوی بوده ودر مدح او شعر سروده است.) اما کمی که جلوتر می رویم به این بیت سعدی می رسیم:

مرا خود چه باشد زبان آوری
چنین گفت شاه سخن عنصری

عنصری را می توان، تقریبا هم دوره ی بیهقی دانست و از سی هزار بیت سروده شده ی او حالا تقریبا دو هزار بیت باقی مانده است، پس شناختن او قبل از بین رفتن همین اشعار هم برای شاعری که در قرن ۴ و۵ برای اولین بار به گونه نمایشی و گفت وگو محور شعر سروده است خالی از لطف نیست. که گونه امروزی این سبک شعر، سفربخیر دکتر کدکنی که گفت وگوی میان گون و او شاعری خلاق بود که به علوم اولیه نیز تسلط داشت. حال بپردازیم به منتخب ای از اشعارش(در وصف بهار) که بسی روان است:

طبع او طبع بهار آمد که دایم همچو او
گلبرست وگل نگار وگل کش وگل پرور است
گر همی گل پرورد طبع بهاران کل اوست
طبع او گل پرورد زیرا که گل را مادر است
چون بهار آید زطبع او دمد نی ریح گل
این بهاراز گل دمیدست
این ازآن نیکوتراست
(صفحه ی ۱۵ دیوان عنصری بلخی)

یا

من گفت نیارم که تو ماهی صنما
روشن بتو گشت ماه ماهی صنما
من شاه جهان مرا تو شاهی صنما
فرمانت روا بهر چه خواهی صنما

عنصری در نظم سازی قوی بود ودر بدیهه گویی نظیر نداشت، طبع او به غایت روان وبدیع بود؛چنان که صاحب آتشکده می گوید در یک شب هزار بیت گفته است و همچنین حکایات بسیاری از بدیهه سرایی وی در کتب تذکرة نقل کرده اند که مشهورترین آن در چهارمقاله ی نظامی عروضی آمده است. اشعار بالا شاید گواهی برهمین سریع و روان بودن باشد. در پایان باید این را بگویم، که به گفته ی یکی از دوستان، نوشتن همچون نوشیدن چای می ماند، اگر مطلبی را زود نوشتم که باعث سوخت تاثیر آن شد شرمنده یا اگر دیر نوشتم، که باعث از دهن افتادن مطلب شد؛ از محضر شما عزیزان کمال پوزش را خواستارم.

فائزه ملاداودی

نقد فیلم

به نام هستی بخش مهربان

بخش نقد و بررسی فیلم سینمایی:

Inception

به کارگردانی: کریستوفر نولان

در ابتدای داستان، هدف کلی تصویرنمایی می کند؛ درست یک خط از آخر قصه.

کوب(لئوناردو دیکاپریو) که با نفوذ به ذهن ناخودآگاه افراد، ایده های آنان را می رباید، جدا از بحث کلی شغلی و تیم درون داستانش، از درون و هدفمند کردن روح داستان بررسی می شود. شروع یک هزارتو که هم از ابتدا و هم از انتها می توان به آن وارد شد. سپس داستان از انتها به ابتدا بازمی گردد. قهرمان فیلم یک معمار جوان را با طراحی یک هزارتو محک میزند و نولان شاید در ابتدای داستان می خواهد با این تصویر، مخاطب را به هزارتوی خیره کننده ی خودش دعوت کند. به همین دلیل است که گاهی نقدها بر این فیلم با گیج شدن و گمراه کننده بودن داستان برای مخاطب وارد عمل می شوند اما با نگاهی دقیق تر باید قبول کنیم که؛ شاید او می خواهد ما را در این مسیر هدایت کند. این هدایت در مورد فرایند جنگ در راستای یافتن راه شما در میان لایه های پنهان واقعیت و رویا کاملا مشهود است. پارادوکس بزرگ با عنوان واقعیت درون رویا و رویای بدون واقعیت مطرح می شود. در کل فیلم با حقایقی بزرگ، ذهن مخاطب را به چالش می کشد، رویایی که به نظر می رسد ساعت ها به طول انجامیده، تنها لحظاتی کوتاه زمان برده است، ورود از هر لایه از عالم رویا به لایه ی بعدی سرعت انجام کار را افزایش داده و در لایه های بعدی ماجراهای بسیار زیادی به وقوع می پیوندد که در لایه ی قبلی تنها لحظه ای کوتاه زمان برده اند. کوب، ماموریتی دشوار را در پیش دارد. کاری که تا قبل، هیچ تجربه ای از آن نداشته است. به عقیده ی او ذهن ما نسبت به عقاید بیرونی همانند سیستم ایمنی در برابر بیماری عمل می کند، اما با پیشنهاد بزرگ سایتو(کن واتاناب) نمی تواند آن را رد کند. این یعنی دست گذاشتن روی نقطه ی حساس احساسات مخاطب.

کوب یک تیم را تشکیل می دهد اما چرا از یک معمار در تیم بهره می گیرد؟

به عقیده ی من او دنبال معماری و مدیریت یک رویای قابل تغییر و برای رسیدن به هدف خود، نیازمند ذوق معماری می باشد که او را از قبل آماده ی ایده پردازی های لحظه ای می کند. یکی از بزرگ ترین دستاوردهای نمایشی فیلم، مرگ همسر کوب، یعنی نماد فردی گمراه شده از راه رسیدن به هدف، همان هدف ابتدایی، یعنی هدایت و مرزبندی جهان رویا و حقیقت است. در انتهای داستان نیز با ماجراهای مختلف، در نهایت فرفره در حال چرخیدن، داستان را به پایان می رساند. این تصویر در ذهن شما چه چراغ هایی را روشن می کند؟

آیا حقیقت، خود در رویایی بزرگ پنهان است؟

آیا قهرمان داستان، دیگر به رویا یا حقیقت بودن صحنه نهایی اهمیتی نمی داد؟

یا...؟

علی اسفندیار

شهید بی ریا

نام و نام خانوادگی: قاسم سلیمانی
متولد: ۲۰ اسفند ۱۳۳۵
محل تولد: قنات ملک -کرمان

القاب: حاج قاسم-سردار دلها
درجه نظامی: سردار سپهبد
سمت: فرمانده سپاه قدس سپاه پاسداران

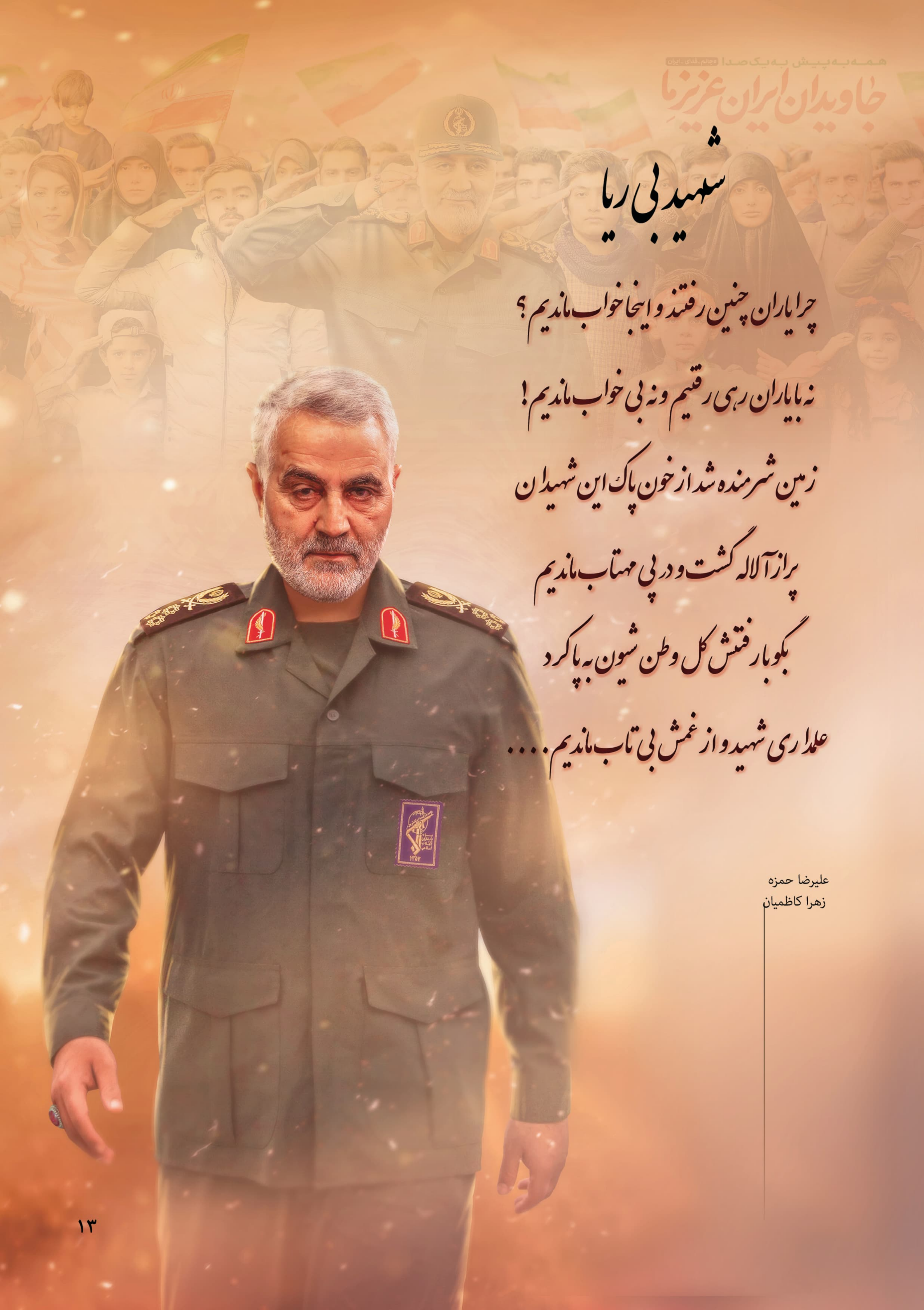
تاریخ و محل شهادت: ۱۳ دی ۱۳۹۸ در بغداد

حاج قاسم در ۱۲ سالگی، پس از پایان تحصیلات دوره ابتدایی، زادگاه خود را ترک کرد و مشغول به کار بنایی در کرمان شد و بعد از مدتی به عنوان پیمانکار در سازمان آب مشغول به کار شد و در همان سال‌ها نیز فعالیت‌های انقلابی خود را آغاز کرد. حاج قاسم پس از پیروزی انقلاب، به عضویت مجموعه «سپاه افتخاری» درآمد. با شروع جنگ تحمیلی، حاج قاسم راهی جبهه شد و کمی بعد، فرمانده بسیجی‌های هم‌ولایتی‌اش شد و سپس لشکری از همین بسیجی‌ها تشکیل داد و به لشکر ۴۱ ثارالله شهرت یافت.

وی در طول دوران دفاع مقدس، با لشکر تحت امر خود در عملیات‌های زیادی از جمله، والفجر ۸، کربلای ۴، کربلای ۵ و تک شلمچه حضور موثر داشت.
حاج قاسم در سال ۱۳۷۶، از سوی حضرت آیت‌الله خامنه‌ای، فرماندهی کل قوا، به تهران فراخوانده و مسئوولیت سپاه قدس به او سپرده شد.

بخش هایی از وصیت نامه شهید والا مقام سردارسپهبد قاسم سلیمانی:
«بسم الله الرحمن الرحیم
شهادت میدهم به اصول دین شهادت میدهم که قیامت حق است. قرآن حق است بهشت و جهنّم حق است. سؤال و جواب حق است. معاد، عدل، امامت، نبوّت حق است.
خدایا! تو را سپاس میگویم بخاطر نعمتهایت خداوندا ! تو را سپاس که مرا از پدر و مادر فقیر، اما متدیّن و عاشق اهل بیت و پیوسته در مسیر پاکی بهره مند نمودی. از تو عاجزانه میخواهم آنها را در بهشتت و با اولیائت قرین کنی و مرا در عالم آخرت از درک محضرشان بهرهمند فرما.
خدایا! به عفو تو امید دارم ای خدای عزیز و ای خالق حکیم بی همتا! دستم خالی است و کوله پشتی سفرم خالی، من بدون برگ و توشهای به امید ضیافتِ عفو و کرم تو میآیم. من توشه ای برنگرفته ام؛ چون فقیر [را] در نزد کریم چه حاجتی است به توشه و برگ؟!
من در پل عادی هم پاهایم می‌لرزد، وای بر من و صراط تو که از مو نازکتر است و از شمشیر بُرنده تر؛ اما یک امیدی به من نوید میدهد که ممکن است نلرزم، ممکن است نجات پیدا کنم.
من با این پاها در حَرَمَت پا گذارده ام و دورِ خانه ات چرخیده ام و در حرم اولیائت در بین الحرمین حسین و عباست آنها را برهنه دواندم و این پاها را در سنگرهای طولانی، خمیده جمع کردم و در دفاع از دینت دویدم، جهیدم، خزیدم، گریستم، خندیدم و خنداندم و گریستم و گریاندم؛ افتادم و بلند شدم. امید دارم آن جهیدنها و خزیدنها و به حُرمت آن حرم ها، آنها را ببخشی.
خدایا! از کاروان دوستانم جامانده‌ام خداوند، ای عزیز! من سالها است از کاروانی به جا مانده ام و پیوسته کسانی را به سوی آن روانه میکنم، اما خود جا مانده ام، اما تو خود میدانی هرگز نتوانستم آنها را از یاد ببرم. پیوسته یاد آنها، نام آنها، نه در ذهنم بلکه در قلبم و در چشمم، با اشک و آه یاد شدند.»

خطاب به برادران و خواهران ایرانی:
«برادران و خواهران عزیز ایرانی من، مردم پر افتخار و سربلند که جان من و امثال من، هزاران بار فدای شما باد، کما اینکه شما صدها هزار جان را فدای اسلام و ایران کردید؛ از اصول مراقبت کنید. اصول یعنی ولیّفقیه، خصوصاً این حکیم، مظلوم، وارسته در دین، فقه، عرفان، معرفت؛ خامنه‌ای عزیز را عزیزِ جان خود بدانید. حرمت او را حرمتِ مقدسات بدانید.»



شهید بی ریا

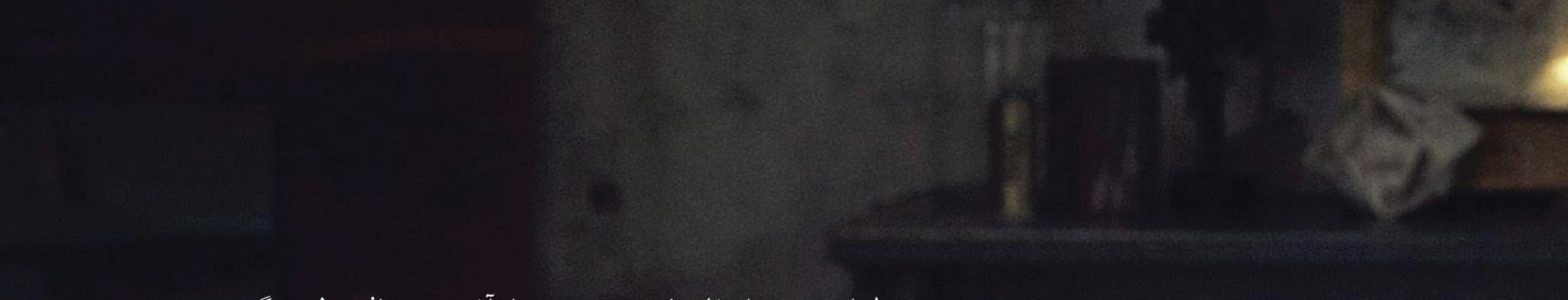
چرا یاران چنین رفتند و اینجا خواب ماندیم ؟
نه با یاران رهی رفتیم و نه بی خواب ماندیم !
زمین شرمنده شد از خون پاک این شهیدان
پر از آلاله گشت و در پی مهتاب ماندیم
بگو بار فتنش کل وطن شیون به پا کرد
علمداری شهید و از غمش بی تاب ماندیم....

علیرضا حمزه
زهرا کاظمیان

شخصیت شناسی

لئوناردو دی کاپریو با نام کامل «لئوناردو ویلهلم دی کاپریو» تهیه کننده و بازیگر معروف آمریکایی است. او متولد ۱۱ نوامبر سال ۱۹۷٤ در شهر لس آنجلس ایالت کالیفرنیاست. پدر او «جورج دی کاپریو» یک دورگه آلمانی-ایتالیایی، نویسنده و تهیه کننده ی فیلم های زیر زمینی و توزیع کننده کتاب های طنز و مادر «ایرملین ایندر برکن» یه منشی حقوق بازنشسته آلمانی الاصل و متولد روسیه است. از این رو اجداد وی آلمانی-ایتالیایی بودند و خود لئوناردو در مصاحبه ای خود را نیمه روسی معرفی کرد. نام لئوناردو توسط مادر او به خاطر نام «لئوناردو داوینچی» انتخاب شد. هنگامی که در ایتالیا نقاشی این هنرمند را مشاهده می کرد متوجه عکس العمل فرزندش شد.

لئو تنها یک ساله بود که زندگی پدر ومادرش به طلاق انجامید. پس از آن به همراه مادر، در محله «اکو پارک» که به عنوان محله فقیرنشین شناخته می شود به ادامه زندگی پرداخت.



او یکی از افراد فعال در حوزه محیط زیست است. در سپتامبر سال ۲۰۱۴ به عنوان «سفیر صلح سازمان ملل متحد» و نماینده این سازمان در امور تغییرات جوی برگزیده شد. از سال ۱۹۹۸ تا کنون فعالیت های زیادی در جهت حفظ محیط زیست انجام می دهد و در بنیادی که به نام او راه اندازه شده فعالیت می کند.
نام او از نام های درخشان هالیوود است و درطی سال های تلاش خود، نامزد دریافت۱۶۱ جایزه شده است و ٥٤ جایزه را به دست آورد. از مهمترین این جوایز، می توان به جایزه اسکار بهترین بازیگر نقش مرد اشاره کرد که در هشتاد و هشتمین مراسم اسکار به او اهدا شد.
بازیگری را از سن ٥ سالگی با بازی در فیلم تلوزیونی «رامپر روم» آغاز کرد؛ اما به دلیل شلوغ کاری هایش از پروژه اخراج شد. بعد از این اتفاق به تحصیل پرداخت و به مدرسه جان مارشال پیوست. در سال ۱۹۹۲ پیشرفت زیادی در بازیگری به دست آورد؛ به طوری که از بین چهار صد جوانی که برای تست بازی در فیلم «زندگی این پسر» آمده بودند، توسط رابرت دنیرو انتخاب شد.
بعد از آن به صورت جدی تری وارد سینما شد. اواخر سال ۱۹۹۳در نقش «گیلبرت گریپ»، یه معلول ذهنی با جانی دپ همبازی شد و همان سال وقتی تنها ۱۹ سال داشت، نامزد دریافت اسکار بهترین نقش مکمل مرد شد. در سال۱۹۹۶ نقش «رومئو» را در «رومئو ژولیت» ایفا کرد و خرس نقره ای جشنواره برلین را به دست آورد.
یک سال بعد بهترین اثر هنری خود را در کارنامه اش ثبت کرد. «تایتانیک» به کارگردانی «جیمز کامرون» که او را تبدیل به فوق ستاره هالیوود کرد. «تایتانیک» تبدیل به پر فروش ترین فیلم آن سال شد. لئو برای همین فیلم نامزد دریافت جایزه گلدن گلوب و جایزه سینمایی، ام تی وی شد. بعد از این اثر در سال ۲۰۰۰حضور تقریباً ناموفقی در فیلم «شهرت وودی آلن» داشت. لئو در مصاحبه ای با مجله تایم اعتراف کرد که «دوران تایتانیک دوران سختی برای او بوده ،دیگر به آن شهرت دست پیدا نخواهد کرد و به دنبال چنین چیزی هم نیست.»
بعد از آن در فیلم «ساحل» ایفای نقش کرد که نه از نظر منتقدان و نه از نظر تماشا چیان قابل قبول نبود و با شکست تجاری مواجه شد.
در سال ۲۰۰۲ لئوناردو با دو اثر موفق ظاهر شد. «اگه میتونی منو بگیر» اثر «استیون اسپیلبرگ» که برای نقش «فرانک آبیگنل جونیور» نامزد دریافت گلدن کلوب شد. اثر دوم «دارودسته های نیویورکی» به کارگردانی «مارتین اسکورسیزی» بود.
بعد از آن نوبت به اثر موفق دیگری به نام «هوانورد» رسید که دومین نامزدی اسکار رای برای لئو به همراه داشت و موفق به دریافت جایزه گلدن گلوب شد. سال ۲۰۰۵ فیلم «رفتگان» را بازی کرد و در سال ۲۰۰۶ در«الماس خونین» ایفای نقش کرد که سومین نامزدی جایزه اسکار را برای او به ارمغان آ ورد. پس از آن استراحتی کوتاه داشت و فیلمی درباره محیط زیست ساخت وآن را به جشنواره کن برد. سال۲۰۰۸ را با دو فیلم «یک مشت دروغ ریدلی اسکات» و «جاده انقلابی» گذراند. در سال ۲۰۱۰ دو فیلم «جزیره شاتر» و «تلقین» را بازی کرد که هر دو فیلم های پر فروش سال بودند.
۲۰۱۱ را به استراحت پرداخت و در سال۲۰۱۲ «جنگجوی آزاده شده» را بازی کرد. سال ۲۰۱۳ سال پر کاری برای لئوناردو بود. در ابتدا با دو فیلم «گتسبی بزرگ» و «گرگ وال استریت» ظاهر شد. چهارمین نامزدی اسکار را برای بازی در فیلم گرگ وال استریت و پنجمین نامزدی اسکار را به عنوان تهیه کننده همین فیلم و جایزه
ام تی وی بهترین لحظه را به دست آورد. در همان سال تهیه کنندگی دو فیلم رانر و خارج از کوه را عهده دار شد.
در سال ۲۰۱۵ با فیلم، بازگشته، مهارت بازیگری خود را به نمایش گذاشت؛ همین فیلم او را برای ششمین بار، نامزد دریافت اسکار کرد و بلاخره برای اولین بار جایزه اسکار بهترین نقش مرد را به دست آورد. پیام تبریک به او در توییتر به مرز دو میلیون رسید. همچنین در پی این اتفاق فعل «Leo» که برگرفته از نام او است به معنای: به دست آوردن، به خاطر تلاش های لئوناردو و در نهایت موفقیت او به گنجینه لغات
آکسفورد افزوده شد.

مبیناجلیلی

روانشناسی رنگ ها

انسان برای بقا نیازمند ارتباط با هم نوعان خود می باشد. علوم زیادی راه حل های مختلفی برای این ارتباط با افراد ارائه دادند که یکی از این علوم، علم روانشناسی است. علم روانشناسی، افراد رو بر اساس رفتار های مختلفی که از خود نشان می دهند دسته بندی کرده است که اصطلاحا میگویند روانشناسی رنگ ها یعنی: هر شخص رنگ متفاوتی دارد. البته در روانشناسی، رنگهای مختلفی برای افراد گوناگون آورده شده است ولی ما اینجا به توضیح چهار رنگ اصلی اکتفا می کنیم. این را بگوییم که افراد ممکن است از تمامی گروه درصدی رو شامل بشوند و مطلقا در یک گروه حضور ندارند.

قرمز

اولین رنگ شخصیتی افرادرنگ قرمز است. افراد قرمز کسانی هستند که در جامعه دوست دارند بر دیگران مدیریت کنند، واز لحاظ جایگاه اجتماعی بالاتر از دیگران باشند. این افراد عاشق امر و نهی کردن به دیگران هستند و خیلی اهل تعریف از خود... افراد قرمز کسانی هستند که عاشق پول اند که اصطلاحا به آنها پول دوست هم گفته می شود. آدمهای قرمز خیلی با مسافرت دسته جمعی حال نمی کنند و دوست دارند در مسافرت تنها باشند.

آبی

دقت کرده اید که بعضی از مجالس خانوادگی تا زمانی که بعضی ها نیایند سوت و کور است و وقتی این شخص بیاید همه شروع می کنند به بگو و بخند کردن اصطلاحا تا زمانی که آنها حضور پیدا نکنند دیگران میگویند:«گل مجلسمون کمه» و وقتی این افراد می آیند شور و زندگی وارد خانه می شود.

آبی ها عاشق مدیریت هستند اما نه برای امر و نهی کردن بلکه برای برنده شدن و مورد توجه قرار گرفتن آدمهای آبی، آدمهایی پر انرژی و هیجانی هستند. این افراد برای اینکه بهتر تمکز کنند؛ معمولا جایی از بدن خودشان را تکان می دهند مثل تکان دادن پاها. آبی ها عاشق مسافرت هستند علی الخصوص مسافرت به صورت جمعی و وقتی میخواهند به مسافرت بروند برنامه ی سفر خود را به دیگران می گویند و آنها راه هم دعوت می کنند.

سبز

آدمهایی جستجو گر و کنجکاو هستند این آدمها وقتی به یک چیز جدید در زندگی برخورد میکنند تا بطور کامل از آن سر درنیاورند، آرام نمیگیرند. این افراد کسانی هستند که عاشق مطالعه کردن و کسب اطلاعات می باشند.

این آدمها اصلا مسافرت رفتن را دوست ندارند و وقتی به مسافرت میروند یک گوشه درحال مطالعه هستند و سرشان به کار خودشان است.

زرد

زردها افرادی هستند که عاشق فداکاری و کمک کردن به دیگرانند. به زردها آدم های ایثار گر گفته می شود چون از خود گذشتگی زیادی در زندگی از خود نشان می دهند. زرد ها وقتی به سفر می روند در مسافرت شروع به کمک کردن و خدمت به دیگران می کنند و هوای بقیه را دارند. اما چگونه تشخیص بدهیم که افراد جزو کدام گروه هستند. خیلی ساده ست با پرسش زیر راحت می توان رنگ افراد رو تشخیص داد. «شما بچه که بودی دوست داشتی چکاره بشی؟ و چرا؟»

امین جعفری

ویروس کرونا

از ابتلا تا درمان

مقدمه

ویروس یک عامل بیماری‌زای کوچک است که فقط در سلول‌های زنده یک ارگانیسم تکثیر می‌شود. ویروس‌ها می‌توانند انواع شکل‌های حیات را، از حیوانات و گیاهان گرفته تا میکروارگانیسم‌ها، از جمله باکتری‌ها و آرکیاها را آلوده کنند.
باکتری یا تک‌زیان گروهی از موجودات تک سلولی میکروسکوپی هستند که پوشش بیرونی نسبتاً ضخیمی آن‌ها را احاطه کرده‌است. این موجودات ساختار ساده‌ای دارند و به گروه پروکاریوت(جانداران ساده) تعلق دارند. اولین جانداران پدید آمده بر روی کره زمین‌اند. اولین نشانه‌های زندگی بر روی کره زمین، حدود سه و نیم میلیارد سال پیش مربوط به پیدایش سلول‌های پروکاریوتی باکتری‌ها می‌باشد.
هم باکتریها و هم ویروس ها باعث ایجاد بیماری اند اما از نظر بیولوژیکی کاملاً با هم تفاوت دارند. در حالی که باکتری ها تک سلولی هستند ویروس ها موجودات زنده نیستند و به همین دلیل هم نمی توان آن ها را از بین برد ویروس ها و باکتری ها انقدر ریز هستند که با چشم غیر مسلح نمی توان آن ها را دید و باید توجه کرد که ویروس ها کوچک تر از باکتری های هستند. آنها در مدت زمان بسیار کوتاه تکثیر می یابند و می‌تواند ما را بیمار کنند. باکتری ها و ویروس ها وجه مشترک زیادی با هم ندارند باکتری‌ها مستقلاً خود را تامین می کنند باکتری ها از یک سلول تشکیل می‌شوند که آن سلول حاوی محتویاتی هست که باکتری برای حیات به آن نیاز دارد دیفتری و با اصل از جمله بیماری‌هایی هستند که توسط باکتری تولید می‌شوند. اما این طور نیست که تمام باکتری ها برای انسان مضر باشند برای مثال باکتری های موجود در روده.
ویروسها ماشین های تکثیر ندارد برخلاف باکتری‌ها ویروس‌ها ذراتی عفونی اند و سلول نیستند ویروس ها قطعه ای از نوکلیداسیدند که درون پوشش پروتئینی محصور شدند.
با وجود آنکه ویروس ها خود به خود نمی‌توانند تکثیر شوند چگونه زاد و ولد می‌کنند؟
تکثیر ویروس ها نسبت به باکتری ها کاملاً متفاوت است آنها با کمک سلول های دیگر تکثیر می یابند و ویژگی های ارثی خود را به سلولهای موجودات زنده دیگر انتقال داده و برنامه این سلول ها را به هم می ریزند آنها با یک حقه کاری می‌کنند که سلولهای میزبان صرفاً ذرات ویروسی تولید کنند تا اینکه حجمشان بزرگ شده و بترکد بعد از ترکیدن و شکافتن سلول ویروس های جدید آزاد می شود. ویروس ها میتوانند به گیاهان حیوانات و انسان ها و حتی به باکتری ها آسیب برسانند ویروس ها میتوانند در انسان موجب بیماری های هپاتیت سرخک و این بیماری جدید کرونا شود.

کرونـــــا

ویروس های کرونا یکی از مهمترین عامل بیماری ها در انسان و حیوان می باشند. اگر چه برای اولین بار در سال ۱۳۴۴ تنها به عنوان عامل بیماری عفونی تنفسی کشف و معرفی شدند ولی کشف یک ویروس کرونای جدید در هنگام سبب شناسی بیماری همه گیر سارس در سال ۱۳۸۲ که موجب مشکلات حاد دستگاه تنفس می شد، ویروس کرونا را به مشکلی اساسی و بین المللی تبدیل کرد.
ویروس کرونا ویروسی نسبتا بزرگ با ابعادی در حدود ۱۲۰ تا ۱۶۰ نانو متر بوده و ازخانواده ویروسهای غلافدار (پوسشش دار)، و با دی ان ای تک رشته ای می باشد. تا کنون هفت ویروس کرونای انسانی شناخته شده اند. بسیاری دیگر از ویروسهای کرونا وجود دارند که تنها موجب بیماری در حیوانات می شوند.در سال ۱۳۹۱ ویروس کرونای دیگری در خاور میانه به نام مِرس کشف شد که موجب مشکلات حاد تنفسی می شد. ناگهان ویروس کرونای جدید ۲۰۱۹ ظاهر شد و اکثر جهان را درگیر کرد و هزاران انسان را راهی بیمارستان نمود و جان صد ها نفر را گرفت. در نبود واکسن بی خطر(ایمن) و موثر، و همچنین نبود درمان دارویی مشخص، تنها راه حل برای جلوگیری از گسترش آن، آموزش عمومی و پیشگیری و کنترل مناسب می باشد.
در مقاله‌ای در مجله کلینیکال میکروبیولوژی به نویسندگی آقای چنگ و همکارانش در سال ۲۰۰۷ به حضور ویروس کرونا شبه سارس در خفاش های نعل اسبی و عادت غذای عجیب و غریب مردم چین اشاره کرده است و آن را خطرناک شمرده.
پروفسور چانرا ویکرا ماسینگ از مرکز اخترشناسی واتیکان ادعا کرد که انفجار یک ستاره دنباله دار در ماه اکتبر سال گذشته باعث پخش این ویروس شده است که این ادعا با توجه به تاریخچه این ویروس با رد کارشناسان همراه بود.
ویروس های معمولی کرونا از طریق مجاری تنفسی و گوارشی پخش می شوند و دماغ و دهان دو مجرای اصلی ورودی آنها می باشند. این ویروسها در افراد آسیب پذیر و حساس، در اغلب موارد تنها موجب سرما خوردگی معمولی می شوند که خود به خود از بین رفته و هیچ عارضه جدی ای ندارد. اما ویروس هایی از نوع سارس، مِرس و یا وروس جدید ۲۰۱۹ می توانند موجب نوعی حاد و مرگبار ذات الریه یا ورم معده و روده ها شوند.
خروج و پخش ویروس از بدن در طی حدود شش روز پس از ابتلا اتفاق می افتد و در روز چهارم به حد اکثر می رسد. حد اقل دز لازم جهت ابتلا به ویروس کرونا هنوز مشخص نیست دانشمندان طی تحقیقی با استفاده از روش های مولکولی دریافتند که ویروس کرونا می تواند با توجه به شرایط محیط از قبیل رطوبت، دما و ... در هوا بین ۳۰ دقیقه تا سه روز بر روی سطوح ۴ ساعت تا یک روز روی کاغذ و مقوا و پلاستیک سه روز باقی بماند البته لازم به ذکر است روش مولکولی برای این تحقیقات نمی‌تواند دلایل لازم و مطمعن را ارائه دهد.
با توجه به تحقیقات انجام شده دانشگاه آتاوا کانادا بر روی ویروس کرونای(۲۹۹ ای) آب ٪۷۰ از غلظت ویروس کرونا را کاهش می دهد این در حالی است که الکل(با درصد مناسب) در عرض ۳۰ ثانیه ٪۹۹ این غلظت را کاهش می‌دهد البته آب و صابون هم نیز بسیار توصیه شده که برای از بین بردن ویروس ها از سطح پوست می‌تواند حائز اهمیت باشد.
رعایت فاصله ایمن از یکدیگر جلوگیری از ابتلا به این ویروس از طریق ذرات تنفسی در هوا کمک می کند طبق تحقیقات انجام شده فاصله ایمن برای هر فرد با فرد دیگر نزدیک به یک متر است اما استیفن چن یک دانشمند چینی ادعا کرد که ویروس کرونا می‌تواند بیش از ۳۰ دقیقه در هوا بماند و برد ویروس می تواند حتی به بیش از چهار و نیم متر نیز برسد که این موضوع به معنای آن است که حتی اگر در فاصله ایمن از هم قرار داشته باشیم می تواند این ویروس ما را مبتلا کند از این تحقیق می توان نتیجه گرفت که استفاده از ماسک در مدت زمان این بحران بسیار حیاتی می باشد.

نتایج منتشر شده از مجله ی جاما که بر روی ۱۳۸ بیمار در چین در ماه اسفند انجام گرفت حاکی از آن است که میانگین سن افراد بستری شده ۵۶ سال و دامنه سنی آنها از ۲۲ تا ۹۲ سال بود به عبارتی کودک و نوجوان در موارد بستری دیده نشد(که بعد از گذشت یک ماه اولین مورد زیره ده سال دچار کرونا خفیف شد به همین دلیل فرضیه عدم آسیب به کودکان زیر ۱۰ سال نیز رد شد در فروردین ماه در ایران در بیمارستان امام رضا(ع) مشهد کودکی که به تازگی متولد شد مبتلا به کرونا بود و این بیماری در رحم مادر ناقل به این نوزاد انتقال یافته بود).

نزدیک به نیمی از بیماران بستری شده بیماری زمینه ای از قبیل فشار فشار خون دیابت بیماری های قلبی و عروقی و سرطان داشتند شایعترین علامت آنها در شروع بیماری عبارت بود از تب در ۹۹٪ خستگی در ۷۰ درصد سرفه خشک در ۶۰ درصد تنگی نفس در ابتدای بیماری در ۳۱ درصد موارد دیده می‌شد. در ۱۰ درصد بیماران اولین علامت اسهال و تهوع بود که یک یا دو روز قبل از تب و تنگی نفس خود را نشان داد. مواردی هم در اوایل شیوع این بیماری بیهوشی لحظه ای و یا مدت دار افراد مبتلا نیز دیده می شد.تمامی بیماران ذکر شده دچار درگیری دو طرفه ریه در سی تی اسکن بودند.

شایع ترین پدیده غیر طبیعی آزمایشگاهی کاهش لنفوسیت ها طولانی شدن pt (اختلال لخته شدن)و LDH (افزایش نوعی آنزیم در خون) بود.

تحقیقات نشان داده است افرادی که گروه خونی A دارند بیشتر احتمال ابتلا به ویروس کرونا را دارند حدود ۳۷.۷۵ درصد افراد گروه خونی O کمتر در خطر قرار دارندحدود ۲۵.۸ درصد. این آمار صرفاً به صورت منطقه ای در چین گرفته شده است و پدیده ثابت شده ای ندارد و نمی توان آن را به عنوان یک اصل پذیرفت.

تب، سرفه، خستگی و اختلال در حس چشایی از علائم رایج در بیماران مبتلا به کووید ۱۹ است اما به تازگی از لکه‌های روی پوست به عنوان نشانه‌های جدید این بیماری یاد شده است. ویروس کرونا از راه های تنفسی سفر خود را آغاز کرده و مقصد آن روده ها طحال و ریه ها هستند و در این اماکن می‌تواند شدیدترین اثر را بگذارد. همان طور که می دانید ریه ها از میلیاردها سلول اپی تلیال تشکیل شده است سلولهای اپیتلیال سلول های مرزی هستند که اندام ها و مخاط شما را پوشش می‌دهند. همانطور که گفته شد ویروس‌ها تنها از طریق سلول ها میتواند انتشار پیدا کند به نحوی که ویروس به گیرنده های سلول سالم می چسبد و گویی برنامه ریزی سلول را به هم میریزد و مواد ژنتیکی خود را منتقل میکند و در نهایت سلول منهدم شده و مواد درون سلول که بعد از این برخورد شامل ذرات ویروسهای جدید است به بقیه سلول ها پخش می شود بدینه ترتیب با گسترش این پدیده بقیه سلول های اپیتلیال نیز از بین

می رود . در این حالت پس از ده روز بیماری ریه را درگیر میکند و سیستم ایمنی بدن برای رفع این مشکل به کار می افتد. با هجوم سیستم ایمنی به ریه ها برای مبارزه با ویروس کرونا تعدادی از آن ها آلوده می شوند که این عمل باعث سردرگمی آنها می‌شود سلول ها از طریق اطلاعات کوچکی به نام سایتوکین ارتباط برقرار می کند و تقریباً تمام واکنش های ایمنی توسط آنها کنترل می شود اختلالی که ویروس کرونا در آن ایجاد می کند باعث می شود که آنها بیش از حد واکنش نشان داده و موجب می شود که بیش از حد عامل دفاعی گلبول سفید به محل آلودگی بفرستد که این امر باعث اتلاف منابع و در نتیجه آسیب می شود نوتروفیل که دچار ویروس می‌شود به محل آلودگی رفته و شروع به پر کردن آنزیم ها به بیرون میکند در این حالت سیستم ایمنی تضعیف شده و باکتری راحت به بدن راه پیدا می کند که در نهایت با تسخیر بدن توسط باکتری باعث مرگ فرد مبتلا میشود.

کرونا معمولاً با آنفولانزا مقایسه می‌شود ولی در واقعیت بسیار خطرناک تر است هم از نظر سرعت پخش و هم از نظر تعداد مبتلا بسیار بیشتر از آنفولانزا می باشد.

نوع دیگر سلول ها سلول های T هستند که معمولاً به سلول های آلوده دستور خودکشی برنامه ریزی شده می دهند در وضعیت آلوده شده ،این سلول ها به سلول‌های سالم هم دستور خودکشی می دهند پس می توان نتیجه گرفت که هرچه سلول‌های ایمنی بیشتر می‌رسند بیشتر به بافت ریه آسیب می زند اوضاع پیشرفت بیماری آنقدر می‌تواند بد شود که آسیب دائمی و غیر قابل برگشت به ریه به صورت ناتوانی مادام العمر وارد شود.

زمانی که سلول های اپیتلیال آلوده می شود در نتیجه آلوئول ها (کیسه های هدایتی کوچک که تنفس از طریق آنها صورت می گیرد) می‌توانند توسط باکتری های آلوده بشوند که در حالت کلی برای بدن خطر نداشته در این حالت تنفس بی اثر می شود و بیماران برای زنده ماندن نیاز به دستگاه تنفس مصنوعی هستند.

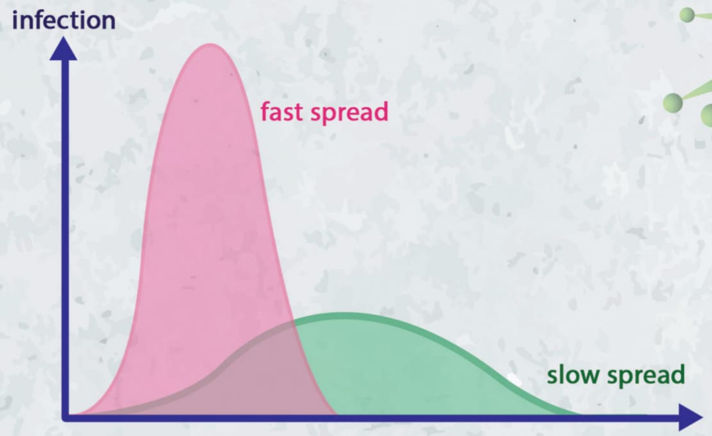
پروسه درمان این بیماری این گونه به پزشکان توصیه شده است ابتدا تست غربالگری در صورت مشهود بودن بین آنفولانزا و کرونا انجام گیرد و در صورت داشتن علائم در ابتدا رادیو گرافی از ریه و در موارد شدید تر سیتی اسکن از ریه دستور داده بشود و همچنین میتوان برای اطمینان از کیت تشخیصی کرونا استفاده شود. درباره کیت تشخیصی مشکلات گزارش داده شده برای مثال در ووهان چین آزمایش برخی از افراد منفی شده که بعدا متوجه شدند که آنان مبتلا بودند پروسه آزمایش به این نحو است که ابتدا پزشک از مخاط بینی و گلو نمونه برداری می کند. نمونه بیمار آزمایشگاه می‌رود و با آزمایش ژنتیک مواد عامل بیماری زا مشخص می‌شود نمونه اول با شناساگرها در لوله ترکیب می شوند و سپس درون دستگاهی قرار می‌گیرند که مواد ژنتیکی را تکثیر می کند در نتیجه اگر ویروس وجود داشته باشد این کپی ها با تکثیر، آن را تایید می کند که ویروس کرونا مثبت است.

روش آزمایش می تواند خطا هایی داشته باشد. خطا می تواند در مرحله نمونه گیری باشد اکثر اوقات نمونه برداری برای کووید۱۹ با پاکسازی گلو انجام می شود چون این بیماری یک بیماری ریوی هست ممکن است درمحل نمونه گیری شده ویروس ها تجمع نداشته باشند و در مناطق عمیق‌تر بدن این ویروس ها وجود داشته باشد.

مرحله دوم هنگام انتقال نمونه به آزمایشگاه است عامل بیماری زای روی نمونه گیر ساعت های بسیار زیاد دوام نمی آورد در نتیجه حمل و نقل نیز بسیار مهم است. از داروهای مورد استفاده این روزهای پزشکان می توان به هیدروکسی کلروکین، ناپروکسن فلویر،آزیترومایسین و فاوی پراویر، رمدیسیویر اشاره کرد. از جمله درمان هایی که مورد استفاده قرار میگیرد درمان به وسیله پلاسمای خون است به این نحو که پلاسما باید از بیماران بهبود یافته جمع‌آوری شود به شرط آنکه فرد اهدا کننده تا ۱۴ روز هیچ علامتی نداشته باشد و

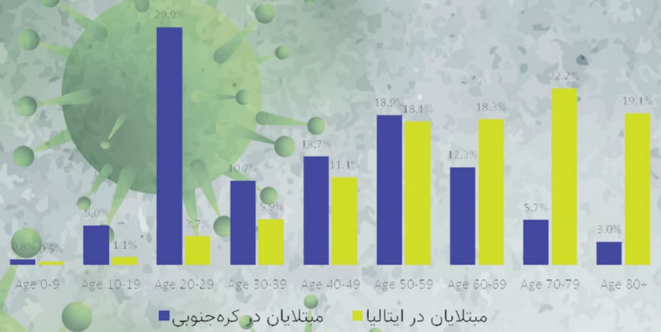
آزمایشات کووید ۱۹ نتایج منفی داشته باشند در این روش درمان با استفاده از آنتی بادی های موجود در بیمار بهبود یافته و تزریق آن به بیمار مبتلا موجب بهبود فرد مبتلا میشود.درمان های جانبی و عوامل تقویتی نظیر ویتامین سی ،قرص جوشان و غیره خللی در رژیم داروی بیمار ایجاد نمی کند.

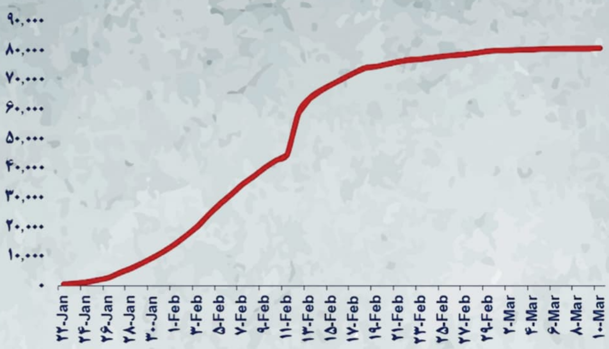
در مقاله ای در مجله ی اورال ساینس آقای هاو ژو به این معتقد است که با توجه به اینکه ویروس کرونا احتمالاً از رسپتور(گیرنده سلولی)ACE متصل می شود، و با توجه به این که این رسپتور در ریه و قلب زیاد وجود دارد به دلیل اینکه این رسپتور در شرایط کمبود ویتامین دی در بدن اکسپرس میشود (یعنی خودش را زیاد نشان می دهد) به صورت خلاصه می توان گفت که اگر سطح ویتامین دی در بدن بالانس و در تعادل و به میزان کافی باشد موارد حاد در حمله ویروس کرونا شاید رخ ندهد این نتیجه‌گیری در حالی است که در مقاله ای که توسط دپارتمان سلامتی و انسان آمریکا تایید شده است محققی به نام وینت مناچری ادعا میکند که در صورت استفاده از داروی ویتامین دی برای فرد مبتلا به بیماری کرونا این فرد دچار پرفشاری خون و در نتیجه ایست قلبی خواهد شد.



دو آینده برای ویروس کرونا متصور هستند

در حالت اول نرخ افرادی که مرگ و میر دارند و مبتلا به این بیماری هستند به شدت بالا رفته و با توجه به ازدیاد جمعیت و کمبود امکانات پزشکی پرستاری دستگاهی مجبور به یک اپیدمی سریع خواهند شد یعنی باید تصمیم گرفت که چه کسی زنده بماند و تحت درمان قرار بگیرد و چه کسی تحت درمان قرار نگیرد و جایی برای بستری برای آنها نباشد. حالت دوم نمودار ممکن است بیشتر طول بکشد اما هم از نظر تلفات و هم از نظر استفاده بهینه از امکانات از مورد اول بهتر است و این مورد تنها با قطع زنجیره ابتلا به این ویروس و رعایت نکات بهداشتی امکان پذیر است برای مثال می توان نمودار ابتلا به بیماری کرونا را در چند کشور مشاهده کرد.





آیا این ویروس توسط انسان دستکاری یا تولید شده است؟

طبق تحقیقات دکتر رشیدیان نشان می‌دهد که محل شروع ویروس در یک بازار چین است که بعد از شیوع ویروس از ۵۰۰ نقطه نمونه برداری شده سینه آن دارای این ویروس بوده است پوشش ویروس کرونای پروتئینی به نام SPIKE و یا s می باشد این پروتئین به یک پروتئین به نام ACE۲ اتصال می یابد .دانشمندان از روی ژنوم و مراحل اتصال این دو پروتئین احتمال داده اند که هیچ دستکاری توسط انسان روی ویروس انجام نشده است و با توجه به سابقه ویروس از قبل به طور طبیعی دچار تغییرات شده و از حیوان به انسان انتقال یافته است.

نتیجه گیری

ویروس کرونا کووید ۱۹ هنوز درمان قطعی ندارد در حال حاضر پزشکان در حال تلاش برای کوتاه کردن پروسه ی این بیماری و کاهش آسیبهای آن هستند همچنین محققین در حال تست و آزمایش های ابتدایی واکسن کرونا هستند و به نتایج خوبی هم رسیده اند ولی تولید و تحقیقات بر روی واکسن،زمان زیادی احتیاج دارد تا به نتیجه مطلوب برسد.با این حال رئیس مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری چین تایید کرد، نخستین واکسن ضد کرونا سپتامبر (شهریور)می آید. درمان های بی پایه و اساس و غیر علمی نظیر گرفتن سشوار روی صورت خوردن الکل ضدعفونی خوردن سیر و پیاز هیچ کدام بر روی درمان این بیماری موثر نیست ،تنها راه پیشگیری از این بیماری ایزولاسیون خود می باشد یعنی همان در خانه ماندن دو چیز اهمیت بسیار زیاد دارد آلوده نشدن و آلوده نکردن دیگران به امید روزی که واکسن و درمان قطعی این بیماری توسط پزشکان کشف شود.

منابع:

ویکیپدیا
(JAAD (American Academi of Dermatology
(BJD (British Journal of Dermatology-
Journal of cosmetic Dermatology-
Novel Coronavirous(2019-ncov) articles
Lancet infectious disease
serve acute respiratory syndrom corona virus as an Emergin and re emergin infection /Nature infectious disease

احسان طاهری

باغ جادویی

به نام آفریننده ی هنر
همراه با من، کمی هنر را قدم بزنید؛

حوالی خیابان ایرانشهر، مکان جادویی‌ای از زمان قاجار به یادگار مانده‌است؛ باغ هنرمندان.

چرا میگویم جادویی؟ چون فرقی ندارد علاقه‌مند به هنر باشید یا ورزش یا تاریخ یا حتی دنبال جایی برای تفریح و وقت گذرانی با دوستانتان؛ در این پارک برای علاقه‌مندان به همه‌ی حرفه‌ها (البته بیشتر هنر) سرگرمی‌های مختلف وجود دارد.

این پارک به دلیل قدمت تاریخی‌ای که دارد محل مناسبی برای دوره‌ی تاریخ معاصر ایران است؛ فقط کافیست به صداهای درون پارک گوش کنید از زمان قاجار تا امروز هرچه (در پارک) اتفاق افتاده را می بینید...!

در ضلع جنوبی آن، خانه‌ی هنرمندان و در ضلع شرقی آن، تماشاخانه‌ی ایرانشهر باعث ایجاد فضایی شاعرانه و هنری شده، که گهگاهی صدای موزیک نوازنده های جوان با صدای آبشار حوض‌ها از ضلع جنوب شرقی آن زیر گوش‌هایتان را قلقک میدهد.

فعالیت‌های خانه هنرمندان نمایش فیلم، تئاتر و تله تئاتر، برگزاری نمایشگاه‌های هنرهای تجسمی نظیر: نقاشی، گرافیک، عکس و مجسمه، اجرای کنسرتهای موسیقی و سخنرانی اختصاص دارد و نیز محل دبیرخانه ی صنف‌های هنری ایران است.

فضای باغ هنرمندان به گونه‌ای است
که به شدت برای عکاسی، مناسب است.
پس اگر دنبال جایی برای گرفتن عکس‌های زیبا و اینستاگرامی
هستید گزینه مناسبی است.
همچنین اگر دنبال جایی پر از عشق و آرامش برای گذراندن وقت با دوستانتان هستید، کافه‌ی باغ
هنرمندان به قطع یکی از این مکان‌ها است.
البته اگر کمی از گربه‌ها میترسید، باغ هنرمندان یا همان ایرانشهر خودمان پر از گربه‌های چاق و چله و لوس است و ممکن است که از
پارک جادویی تبدیل به کابوس شما شود.
این پارک به دلیل اینکه در مرکز خیابان ایرانشهر قرار دارد و دسترسی به آن راحت است یکی از پارک‌های پرطرفدار تهران است.
اگر قرنطینه تمام شد و توانستیم با بهار عشق بازی کنیم، باغ هنرمندان حتما یکی از گزینه‌هایتان باشد.

پریناز جابری

درد و دل

انسان از آن چیزی که بسیار دوست می دارد خود را جدا می سازد.
در اوج خواستن نمی خواهد...در اوج تمنا نمی خواهد.
دوست می دارد، اما در عین حال می خواهد که متنفر باشد.
امید دارد، اما امیدواراست امیدوار نباشد.
همواره به یاد می آورد اما می خواهد که فراموش کند.

و این نوای خسرو شکیبایی است وقتی با صدای گرفته اش این را می خواند و اندوه صدایش را در سلول به سلول بدنمان جا می گذارد. این سلول های تهی، دیگر چیزی به جز اندوه را پذیرا نیستند. انگار تک به تک آدمهایی که در شلوغی بازار به یکدیگر تنه می زنند و در خیابان سرهم فریاد می کشند، تک به تک مردها و زنانی که در گوشه و کنار این شهر خاکستری، از سیگارهایشان کام میگیرند شاید که خاکستر سیگارشان به خاکستری آسمان پیوند بخورد و نگاه هایی که خیره ی صفحه ی شیشه ای تلویزیون و نمایش مضحک خنده های بی روحِ بازیگرهای درون قاب تلویزیون هستند، اندوه را سخت در آغوش گرفته اند و دیگر تحمل چیزی دیگر را ندارند. ما به غم انگیز ترین شکل ممکن به سیاهیِ اندوه خو گرفته ایم و این تمنای اندوه ما را به نخواستنِ زندگی پیوند می دهد. ما به زندگی کردن امیدواریم اما اینقدر به اندوه خو گرفته ایم که امیدواریم، به از سر گرفتنِ زندگی امیدوار نباشیم. همواره شکوه زندگی کردن را به یاد می آوریم اما می خواهیم که فراموشش کنیم. در کنج خانه های سرد و بی روحمان و محاصره شده درمیان اخبار های راست یا دروغی که مثل لفافی ما را در خود پیچانده اند، می خواهیم زندگی را از یاد نبریم، می خواهیم امید، این غنچه ی گل سرخی که از قلب هایمان ریشه گرفته است را دوست بداریم و با چشم های بسته سعی می کنیم با عطر این گلِ سرخ، نوای زندگی را به یاد بیاوریم اما افسوس، زندگی خیلی وقت است که مثل یک ماهی بیرون از آب دارد در میان دست های تک تکِ ما جان می دهد. غنچه ی گل سرخ خیلی وقت است که پژمرده شده و نوای زندگی خیلی وقت است که از خاطرمان پر کشیده و تنها چند نت نامطمئن از آن در ذهنمان باقی مانده است. اما انسان با عشق آفریده شده پس کاش یکدیگر را به جای اندوه دوست بداریم. این ویروس مهلکی که این روزها، در هر لحظه دارد غنچه ی سرخِ امید را در دلهایمان پژمرده تر می کند و نوای زندگی را روز به روز از ما دورتر می کند تنها نیازمند دوست داشتن است. اگر اندوهِ قلب هایمان را کنار بزنیم و به این بیندیشیم که چه قدر خودمان را، خانواده و دوستانمان را دوست میداریم، بیشتر از یکدیگر، از غنچه های سرخِ امیدمان مراقبت می کنیم. ما انسان ها بآید به یاد بیاوریم چقدر به دوست داشتن و دوست داشته شدن احتیاج داریم و بعد باید از کسانی که دوستشان میداریم، مراقبت کنیم و برای کسانی که دوستمان دارند ارزش قائل شویم و از خودمان مراقبت کنیم تا به جای عشق، درد را به یکدیگر هدیه ندهیم. این ویروس مهمانِ ناخوانده این روزهای ماست و چندی دیگر بارو بندیلش را جمع می کند و می رود. اما این ماییم که به او اجازه میدهیم چطور ما را ترک کند. بیایید مراقب یکدیگر باشیم، بیایید نگذاریم که این مهمان ناخوانده کسانی را که دوست می داریم برای همیشه از ما بگیرد.

سوها نوری

اخبار دانشجویی

درس آشنایی با دفاع مقدس اجباری یا اختیاری؟

- در خصوص دانشجویانی که در شرف فراغت از تحصیل در نیمسال اول و یا دوم ۹۸ ۹۹ یا تابستان ۹۹ می باشند، چنانچه در میان دروس باقیمانده درس اختیاری دو واحدی داشته باشند منجر به گذراندن درس آشنایی با دفاع مقدس به ارزش ۲ واحد به جای درس اختیاری مذکور می باشند.
- آشنایی با دفاع مقدس درس دو واحدی نظری می باشد و صرفاً جایگزین یک درس دو واحدی اختیاری خواهد گردید چنانچه در برنامه درسی درس اختیاری با تعداد واحد بیشتر یا کمتر از دو واحد وجود داشته باشد درس آشنایی با دفاع مقدس جایگزین آن نخواهد شد
- دانشجویانی که سقف دروس اختیاری خود را تکمیل نموده اند یا برنامه درسی آنها فاقد جدول دروس اختیاری می باشد می‌توانند درس مذکور را نگذرانند..

دروس وصایای حضرت امام(ره) و آشنایی با قرآن کریم

بر اساس ماده۲۴ : انتخاب دروس وصایای حضرت امام (ره) و آشنایی با قرآن کریم علاوه بر دروس انتخابی، طبق ماده ۱۹ برای کلیه دانشجویان امکان پذیر است.و در سقف مجاز واحد های درسی یک نیمسال یا دوره تابستان محاسبه نمی شود و دانشجو می تواند علاوه بر درس یا دروس نظری موضوع ماده ۲۰ آنها را انتخاب و بگذراند.

حذف اضطراری

بر اساس ماده ۳۷: دانشجو می تواند تا پنج هفته قبل از پایان نیمسال تحصیلی فقط یکی از درس های نظری یا عملی یا عملی-نظری خود را حذف کند مشروط به اینکه واحدهای درسی باقی مانده وی از حداقل مجاز (دوره ای ۱۲ واحد،پاره وقت ۱۰ واحد،آموزش معلمان ۸ واحد)کمتر نشود.

حذف و اضافه و شرایط آن

بر اساس ماده ۳۶ : دانشجو می تواند پس از آغاز هر نیمسال تحصیلی در مهلتی که در تقویم دانشگاهی تعیین شده است تعدادی از دروس انتخابی خود را در صورت موافقت گروه آموزشی مربوط حذف کند و یا درس یا دروس دیگری علاوه بر آنچه قبلاً انتخاب کرده است انتخاب نماید مشروط بر آنکه تعداد واحد های درسی باقی مانده وی از حداقل مجاز کمتر نشود(۱۲ واحد برای دوره ای،۱۰ واحد برای پاره وقت و ۸ واحد برای آموزش معلمان)
تبصره -۱ دوره تابستانی از شمول مفاد این ماده مستثنی است.

حذف کلیه واحد های انتخابی در یک نیمسال

ماده ۳۸: حذف کلیه واحد های انتخابی در یک نیمسال تنها در صورتی مجاز است که دانشجو

به تشخیص شورای آموزشی واحد دانشگاهی ذی ربط قادر به ادامه تحصیل در آن نیمسال نباشد در این حال نیمسال مزبور به عنوان مرخصی تحصیلی محسوب می گردد.

غیبت در جلسه امتحان یا حذف ماده۳۵

بر اساس ماده ۳۵: غیبت موجه در جلسه امتحان هر درس و نیز غیبت غیر موجه تا ۳ درس موجب حذف آن درس یا دروس می شود.
تبصره -۱ غیبت غیر موجه در جلسه امتحان بیش از ۳ درس به منزله نمره صفر در امتحان آن درس یا دروس خواهد بود.

تبصره -۲تعیین غیبت موجه و غیر وجه به عهده شورای آموزشی واحد دانشگاهی است.
تبصره -۳ در صورت استفاده از ماده ۳۵ رعایت حداقل ۱۲ واحد در نیمسال(موضوع ماده ۱۹) لازم نیست.
تبصره -۴چنانچه به دلایلی شورای آموزشی واحد به موقع تشکیل نشود و این کارموجب لطمه به دانشجو گردد نظر معاونت آموزشی واحد،ملاک عمل خواهد بود.
تبصره -۵چنانچه استفاده از مواد ۳۲-۳۱و۳۵ موجب حذف کلیه درس های یک نیمسال گردد آن نیمسال جزو مرخصی با احتساب در سنوات محسوب می گردد.
تبصره -۶ استفاده از مفاد ماده ۳۸ و تبصره ۲ آن موجب باز پرداخت شهریه های ثابت و متغیر نخواهد شد.

عدم رعایت پیش‌نیاز یا هم‌نیاز

بر اساس ماده۲۵ : چنانچه قبل از پایان هر نیمسال معلوم شود دانشجو در انتخاب واحد های درسی رعایت تقدم و تأخر یا سقف دروس را ننموده است اداره آموزش موظف است قبل از شروع امتحانات آن نیمسال،نسبت به حذف دروس غیر مجاز اقدام نماید اما اگر این امر به علت شرایط ویژه (انتقال یا میهمان) باشد به تشخیص شورای آموزشی واحد یا دانشکده ی ذی ربط می توان مورد را موجه تلقی کرد.

معرفی به استاد

برای معرفی به استاد می بایست بعد از ثبت نمرات در کارنامه ابتدا خدمات آموزشی ، ترم آخر بودن دانشجو را تایید کند و بعد از آن به کارشناس گروه مراجعه کرده و تقاضای خود را مطرح می‌کنید و بعد برای تعیین استاد به مدیر گروه مراجعه میفرمایید.
توجه داشته باشید به دانشجویی دانشجوی ترم آخر گفته میشود که حداکثر ۲۴ واحد از درسش باقی مانده باشد و ۶ واحد از این ۲۴ واحد را میتواند درخواست معرفی به استاد نماید.میانگین نمرات دانشجو در هر نیمسال نباید کمتر از ۱۲ باشد (کارشناسی و کاردانی) در غیر این صورت مشروط محسوب و نام نویسی دانشجو در نیمسال بعد بصورت مشروط خواهد بود که جز در آخرین نیمسال تحصیلی حق انتخاب بیش از ۱۴ واحد درسی در آن نیمسال نخواهد داشت .تعداد واحد های پاس شده در این قانون مد نظر نیست و فقط معدل ملاک است.

اعتراض به نمرات امتحان

علاوه بر بخش اعتراض نمرات در سایت دانشگاه، میتوانید با تایید مدیر گروه درس مربوطه و با تکمیل فرم اعتراض، به نمره ی امتحان خود اعتراض کنید و درخواست بررسی مجدد برگه را مطرح فرمایید

اطلاعیه ی قابل توجه

دانشجویانی که این ترم (۹۸_۹۹)در کلاس‌های مجازی شرکت کرده اند، چنانچه در مقطع کارشناسی نمره کمتر از ۱۲ و در مقطع کارشناسی ارشد و دکتری نمره زیر ۱۴ کسب کنند، تا یک سال فرصت دارند، مازاد بر واحدهای انتخابی تا سقف ۳درس را مجددا و بدون پرداخت شهریه انتخاب، سپس در کلاس‌های حضوری شرکت کنند و نمره خود را ارتقا بدهند.

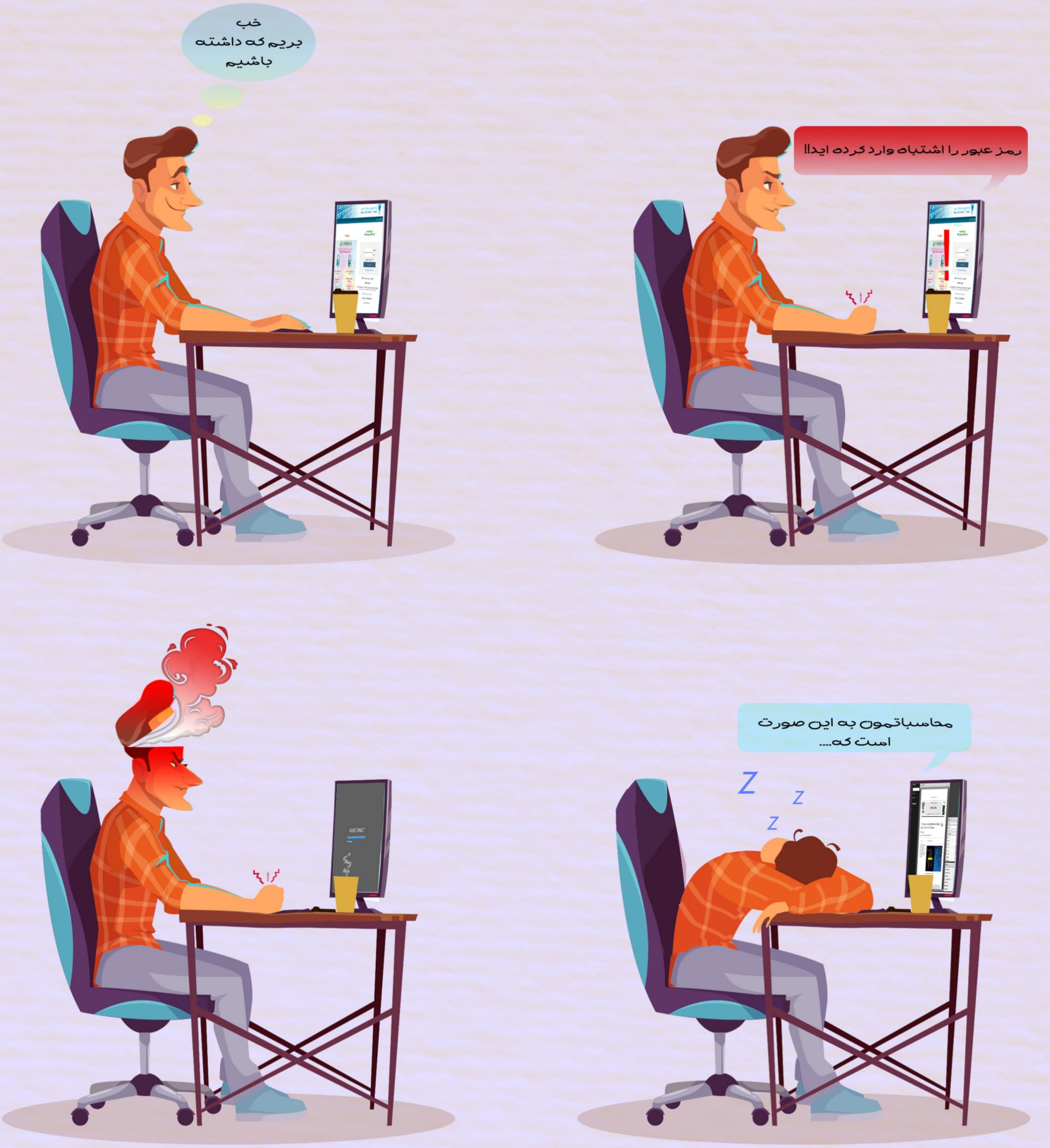
مرجان نقیبی

کلمات را بیاب

مثال: ک ا ن و ن ه و ر

در شماره ی بعدی

با ماجراهای جالب انگیز کلاس های مجازی با ما همراه باشید ... !



به نام دادار هور

کانــون علمــی فرهنگــی هــور در
آبان ماه سال ۱۳۹۵ تاسیس گردید
اکنون بعد از گذشت سه سال این
کانون با انجام فعالیت های فرهنگی و
علمی و ورزشی ،جایگاه خود را میان
دانشجویان و اساتید دانشگاه پیدا کرده است. این
کانون در زمینه های علمی، تئاتر، دوبله، نشریات
دانشجویی ،کارگاه های کارآفرینی ،جشن ها و مراسم ،
مستند ،اکران فیلم، فعالیت های ورزشی و به طور کل در فعالیت
های فرهنگی علمی و دانشجویی فعال می باشد.امروز ما خوشحال هستیم
که بعد از گذراندن سه سال و عبور از مانع های بسیار در خدمت شما دوستان هستیم تا به
اندازه ی توان خود وبه یاری خداوند متعال حافظ و ترویج دهنده ی ارزش های فرهنگی و علمی جامعه ی
اسلامی، برای دانشجویان این مرز و بوم باشیم. شما دوستان نیز با ثبت نام در کانون علمی فرهنگی هور،
تخصص خود را بپرورانید و همچنین در اهداف بزرگ ذکر شده همراه ما باشید. شما می توانید از طریق راه
های ارتباطی ذکر شده در فضای مجازی و نیز مراجعه حضوری به دفتر کانون علمی فرهنگی هور واقع در
مجتمع آیت الله هاشمی رفسنجانی (ره) به عضویت کانون درآیید.

با تشکر از همراهی شما بزرگواران

clubhoorchannel

این نشریه دانشجویی با حمایت و پشتیبانی معاونت فرهنگی
و دانشجویی دانشگاه آزاد واحد تهران مرکزی منتشر می شود
آدرس :اشرفی اصفهانی، بالاتر از میدان پونک، بلوار امام حسن(ع)،
مجتمع دانشگاهی آیت الله هاشمی رفسنجانی(ره)، طبقه همکف دانشکده فنی